



Universidade Técnica de Lisboa
Faculdade de Motricidade Humana



Análise da performance da equipa profissional do Grupo Desportivo Estoril
Praia, SAD na época 2011/2012.

Relatório de Estágio Profissionalizante

Dissertação elaborada com vista à obtenção do Grau de Mestre em Treino Desportivo

Orientador: Professor Doutor Luís Pedro Vilar

Júri:

Presidente

Professora Doutora Anna Georgievna Volossovitch

Vogais

Professor Doutor Ricardo Filipe Lima Duarte

Professor Doutor Luís Pedro Camelo Vilar

Gonçalo Miguel Machadinho da Silva Pereira

2013

“ (...) um quarto da população da população mundial interrompeu o que estava a fazer e centrou a atenção num rectângulo de relva na América do Sul, onde vinte e duas figuras, envergando roupas vistosas, passaram noventa minutos a pontapear uma bola, num delírio de esforço e concentração.”

Morris (1987)

“Se conheces o teu adversário como a ti, não receies uma centena de batalhas. Se te conheces, mas não conheces o adversário, por cada vitória sofrerás uma derrota. Se não te conheces a ti nem conheces o adversário, sucumbirás a cada batalha.”

Sun Tsu (s/d)

Agradecimentos

Aos meus pais e à minha irmã, por todo o esforço que fizeram e apoio incondicional que me foi dado durante a minha formação pessoal e académica. Tudo o que sou hoje, enquanto ser humano, a eles o devo, pela educação e valores que me transmitiram ao longo da vida.

À minha restante família por terem também feito parte da minha formação pessoal e terem acompanhado o meu crescimento e desenvolvimento, tanto pessoal como académico.

Aos meus amigos, por me terem apoiado não só nos momentos de alegria, mas também nos momentos mais difíceis, por terem estado sempre presentes quando é necessário. Sem eles, com certeza, o meu percurso teria sido muito mais sinuoso.

Aos meus colegas de faculdade, muitos considerados amigos, por terem tornado a minha vida académica naquilo que é hoje. Por terem partilhado comigo momentos de estudo, de festa, de pressão, mas que tornaram a minha vida muito mais rica, naquela que todos nós consideramos “a melhor faculdade do mundo!!”.

Ao Professor Doutor Luís Vilar e ao Professor Doutor Ricardo Duarte por encaminharem a minha formação neste mestrado, e por todos os ensinamentos que me transmitiram na orientação deste estágio.

Aos restantes professores da minha vida académica, que de alguma forma, uns mais e outros menos, me marcaram enquanto seres transmissores de conhecimento e enquanto seres humanos.

A todos os que me deram a oportunidade de transpor os conhecimentos académicos para a prática. Foi e continua a ser uma paixão, ser treinador de futebol.

Ao Luís Pimenta e ao Hugo Pereira por todas as horas que investiram na minha formação enquanto treinador, quando estava a começar. Por todo o conhecimento transmitido, por todas as horas de conversas e prática da atividade futebolística enquanto treinador, não poderia ter melhores tutores e amigos para que este processo fosse mais rico.

A toda a estrutura do Grupo Desportivo Estoril-Praia, SAD, mas em especial aos “colegas” Marco Silva, Vinícius Eutrópio, Fabiano Soares, André Galbe, Luís Henrique e Rui Amaro por terem transformado um estágio numa aventura inesquecível para um jovem de 22 anos. Com certeza, jamais serão esquecidos todos os momentos que passámos juntos na incrível época 2011/2012.

Por fim, aos meus colegas e, sobretudo, AMIGOS André Silvério, David Garcia e Ricardo Correia por terem partilhado comigo este estágio. Com certeza, tornaram todos os momentos difíceis em momentos mais fáceis e todos os momentos de alegria em momentos ainda mais especiais.

Índice Geral

Agradecimentos	iii
Índice Geral	v
Índice de Figuras	vii
Índice de Tabelas	viii
Resumo	ix
Abstract	x
1. Introdução	1
2. Enquadramento da Prática Profissional	2
2.1. Macro Contexto	2
2.2. Contexto Legal	4
2.3. Contexto Institucional	5
2.4. Contexto de Natureza Funcional	7
3. Prática Profissional	9
3.1. Organização e Gestão de Processos de Treino	9
3.1.1. Análise de Situação	9
3.1.1.1. <i>Diagnóstico</i>	9
3.1.1.2. <i>Prognóstico</i>	21
3.1.2. Organização do Processo de Treino	22
3.1.2.1. <i>Definição do modelo de jogo</i>	22
3.1.2.2. <i>Avaliação e controlo do treino e da competição</i>	30
3.1.3. Avaliação e Controlo do Plano	31
3.2. Investigação e Inovação Pedagógica	32
3.2.1. Método de Jogo Ofensivo Adoptado através da Recuperação da Posse de Bola	32
3.2.1.1. <i>Introdução</i>	32
3.2.1.2. <i>Métodos</i>	34
3.2.1.3. <i>Resultados</i>	37
3.2.1.4. <i>Conclusão</i>	45
3.3. Participação no Contexto Competitivo	46
3.3.1. Base de dados para análise da equipa do Estoril-Praia	46

3.3.1.1. <i>Introdução</i>	46
3.3.1.2. <i>Procedimento para a construção da base de dados</i>	46
3.3.1.3. <i>Procedimento para a análise das variáveis e desenvolvimento da base de dados</i>	47
3.3.1.4. <i>Análise de dados</i>	48
3.3.1.5. <i>Conclusão</i>	58
3.4. Relação com a comunidade	58
3.4.1. Perfis psicológicos no Estoril-Praia	58
3.4.1.1. <i>Introdução</i>	58
3.4.1.2. <i>Métodos</i>	60
3.4.1.3. <i>Resultados</i>	63
3.4.1.4. <i>Conclusão</i>	69
3.4.2. Organização de um evento - estágio pré competitivo	69
3.4.2.1. <i>Introdução</i>	69
3.4.2.2. <i>Dados gerais sobre o jogo</i>	70
3.4.2.3. <i>Marcação do hotel</i>	70
3.4.2.4. <i>Plano de Actividades</i>	71
3.4.2.5. <i>Plano de dietas para a equipa de futebol sénior</i>	72
3.4.2.6. <i>Conclusão</i>	73
4. Conclusão	74
5. Referências Bibliográficas	76

Índice de Figuras

Figura 1 – Quadros internos do clube	7
Figura 2 – Caracterização dos jogadores do GDEP, SAD em função da posição; A – Idade, B – Estatura	11
Figura 3 – Distribuição dos jogos oficiais por mês	19
Figura 4 – Sistemas táticos GDEP, SAD – A – Vinícius Eutrópio; B – Marco Silva	23
Figura 5 – A - 1ª fase de construção ofensiva; B – Fase de criação de oportunidades	24
Figura 6 – A – 1ª fase de construção; B – Fase de criação de oportunidades	25
Figura 7 – Transição ofensiva; A – Vinícius Eutrópio, B – Marco Silva	26
Figura 8 – Zona pressionante; A – Vinícius Eutrópio; B – Marco Silva	28
Figura 9 – Esquemas táticos ofensivos – cantos	29
Figura 10 – Esquemas táticos defensivos – cantos	30
Figura 11 – Estatística descritiva da variável número de toques na bola	38
Figura 12 – Estatística descritiva da variável N_JMEALB (número de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola) no momento de recuperação da mesma.....	39
Figura 13 – Estatística descritiva da variável N_JA (número de jogadores adversário atrás da linha da bola) no momento de recuperação da mesma	40
Figura 14 – Relação entre média de remates por zona, média de remates à baliza e média golos marcados, ao longo dos vários meses	48
Figura 15 – Relação entre média de cruzamentos por corredor, média de entradas no sector ofensivo e média golos marcados, ao longo dos vários meses	49
Figura 16 – Relação entre média de passes por sequência ofensiva e golos marcados, ao longo dos vários meses	50

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Dados relativos à participação do clube nas diversas competições	6
Tabela 2 – Trabalhadores em regime de prestação de serviços	7
Tabela 3 – Nacionalidade dos jogadores do plantel do GDEP, SAD	13
Tabela 4 – Análise Quantitativa dos Defesas Centrais (Avaliação Inicial)	13
Tabela 5 – Análise Quantitativa dos Defesas Laterais (Avaliação Inicial)	14
Tabela 6 – Análise Quantitativa Médios Defensivos (Avaliação Inicial)	15
Tabela 7 – Análise Quantitativa Médios Interiores (Avaliação Inicial)	16
Tabela 8 – Análise Quantitativa Extremos e Avançados (Avaliação Inicial)	17
Tabela 9 – Nacionalidades adversários do GDEP, SAD	20
Tabela 10 – Hierarquização dos objectivos do GDEP, SAD - época 2011/2012	21
Tabela 11 – Ordem de trabalhos semanal no GDEP, SAD	31
Tabela 12 – Frequência de Direção do 1º Passe	38
Tabela 13 – Análise Quantitativa Defesas Centrais (Avaliação Final)	51
Tabela 14 – Análise Quantitativa Defesas Laterais (Avaliação Final)	52
Tabela 15 – Análise Quantitativa Médios Defensivos (Avaliação Final)	53
Tabela 16 – Análise Quantitativa Médios Ofensivos (Avaliação Final)	54
Tabela 17 – Análise Quantitativa Extremos (Avaliação Final)	55
Tabela 18 – Análise Quantitativa Avançados (Avaliação Final)	57
Tabela 19 – Nível de significância dos minutos de jogo ao longo da época	63
Tabela 20 – Nível de significância dos anos de jogador de futebol	64
Tabela 21 – Valores médios e nível de significância da posição no campo	65
Tabela 22 - Valores médios e nível de significância da condição do jogador na equipa.....	66
Tabela 23 – Dados gerais sobre o jogo Leixões SC X GDEP, SAD	69
Tabela 24 – Plano de actividades Leixões SC vs GDEP, SAD durante o estágio	70
Tabela 25 – Plano de dietas nas refeições da equipa do GDEP, SAD durante o estágio pré-competitivo	72

Resumo

O futebol é um desporto de oposição/cooperação, sendo neste momento o desporto rei a nível mundial. É uma modalidade desportiva colectiva, com a interação de múltiplas variáveis que podem condicionar o comportamento de atletas e equipas durante a competição. Sendo a competição cada vez mais equilibrada, é de fulcral importância reduzir a imprevisibilidade do adversário, tornando a nossa equipa mais forte. Assim, o facto de se estudar os padrões comportamentais de equipas e jogadores permite antecipar em grande parte os movimentos do adversário, o que conduz a uma melhor adaptação em função dos problemas contextuais existentes.

O estágio tem como principais objectivos: (i) perceber o contexto de um clube profissional; (ii) conhecer, providenciar ajuda, inovar e fazer parte de um Departamento de Análise de Jogo. Neste relatório é descrito todas as tarefas desenvolvidas neste estágio. É feita, numa primeira fase, o enquadramento do mesmo, seguido da descrição de toda a atividade realizada. Esta contempla (i) a criação de uma base de dados quantitativa com ênfase em variáveis técnico-táticas da equipa e jogadores da equipa; (ii) uma investigação sobre o método de jogo ofensivo adoptado pela equipa após a recuperação da posse de bola e (iii) um estudo psicométrico sobre os perfis psicológicos dos jogadores da equipa. No final, é apresentada a organização de um estágio competitivo da equipa.

Palavras-chave: FUTEBOL, DESEMPENHO, ANÁLISE DE JOGO, ESTORIL-PRAIA, MÉTODO DE JOGO OFENSIVO, RECUPERAÇÃO DA POSSE DA BOLA, PERFIL PSICOLÓGICO, ESTÁGIO PRÉ-COMPETITIVO.

Abstract

Football is an opposition/cooperation sport, being at the moment the main sport in a world scale. It's a team sport, with the interaction of several variables, which can regulate the team and athlete's behaviour during the competition. The competition is becoming harder every day, and it's fulcrum to reduce the opponent's strong points, in order to turn our team into a stronger team. Studying our opponent's game patterns, can lead us to anticipate, in a better way, our opponent movements. This study can provide us a better preparation to get over the problems that our team can face in the competition.

This internship has as main goals: (i) realize the context of a professional football club; (ii) contribute to the development of a Match Analysis Football Department. Throughout this report is described everything that has happened in this internship. A description of the football and match analysis context is made, as well as a report of the whole activity done, such as (i) the creation of an informatic document to save all data collected from our team and our team players; (ii) an investigation project about ball possession recovery and offensive game method; (iii) a study about psychologic profiles and, in the end, (iv) is described the organization of a pre-match concentration.

Key Words: FOOTBALL, PERFORMANCE, MATCH ANALYSIS, ESTORIL-PRAIA, OFFENSIVE GAME METHOD, BALL POSSESSION RECOVERY, PSYCHOLOGIC PROFILE, PRE-MATCH CONCENTRATION.

1. Introdução

O futebol é um fenómeno complexo que é necessário analisar na sua globalidade, procurando perceber as interações que evidencia, os conhecimentos que promove, como organizá-los, direcioná-los e desenvolvê-los (Oliveira, 2004). Assim, o futebol evidencia uma multiplicidade de dinâmicas que não se resumem a um padrão de jogo linear, mas sim a uma variação constante de padrões de jogo que resultam da interação entre diversas variáveis. Por isso, é de fulcral importância reduzir a imprevisibilidade do adversário através da análise dos padrões comportamentais do mesmo, pois a análise de jogo tem como um dos principais objectivos identificar perfis ou tendências de comportamento dos adversários, permitindo às equipas desenvolverem planos estratégicos para o jogo (Lopes, 2005).

Este relatório de estágio surge no âmbito do Ramo Profissionalizante do Mestrado em Treino Desportivo – Futebol do ano lectivo 2011/2012. Foi desenvolvido no Grupo Desportivo Estoril Praia, SAD (GDEP, SAD), mais concretamente no Departamento de Análise de Jogo. O relatório visa descrever todo o processo que teve início a 5 de Julho de 2011 e o seu término a 20 de Maio de 2012. Apesar de não incidir diretamente no planeamento, controlo e avaliação do processo de treino, este estágio aborda as questões do planeamento e avaliação da competição. De uma forma mais específica, consiste na observação e análise da performance dos adversários, bem como da equipa do GDEP, SAD, contribuindo de uma forma indireta para o processo de treino.

Este estágio tem como objectivos (i) perceber a organização, estrutura e contexto de um clube profissional; (ii) conhecer, providenciar ajuda, inovar e fazer parte de um Departamento de Análise de Jogo; (iii) realizar as tarefas que me eram pedidas com clareza e objectividade para contribuir para o sucesso competitivo da equipa; (iv) desenvolver um maior conhecimento sobre o processo de análise de jogo, permitindo identificar de uma forma mais clara padrões de jogo reproduzidos pelas equipas; e, por fim, (v) providenciar suporte científico à intervenção da equipa técnica.

Este relatório, que tem como finalidade demonstrar como está organizado e como funciona um clube profissional e revelar o que foi realizado durante o ano, está organizado em duas partes distintas: uma primeira parte onde é feito um enquadramento do estágio realizado, e uma segunda parte, mais relacionada com a atividade

desenvolvida no clube, que contempla quatro grandes áreas: (i) organização e gestão do processo de treino; (ii) análise quantitativa dos jogadores e equipa; (iii) investigação sobre o método de jogo ofensivo adoptado após a recuperação da posse de bola; (iv) estudo de grupo relacionado com a criação de perfis psicológicos dos jogadores; (iv) organização de uma atividade de estágio pré-competição.

2. Enquadramento da Prática Profissional

2.1. Macro-Contexto

Sendo cada vez mais equilibrada a competição entre as equipas nas diversas competições, Cunha (2003; citado por Lopes, 2005) refere que, há cada vez menos tempo para treinar e as equipas técnicas têm a necessidade de alargar as suas tarefas a outras áreas com influência na preparação dos jogadores e das equipas, que não só a realização do treino, contando para isso com áreas multidisciplinares. A caracterização da estrutura da atividade e a análise do conteúdo do jogo de futebol têm vindo a revelar uma importância e influência crescente na estruturação e organização do treino na atividade (Korcek, 1981; citado por Garganta, 2001). A Análise de Jogo (AJ) tem como principais funções diagnosticar e analisar os dados recolhidos e disponibilizar informação sobre a prestação dos jogadores e das equipas, permitindo identificar as ações realizadas por aqueles e as exigências que lhes são colocadas para as produzirem (Garganta, 1998). Com esta ferramenta, esboça-se uma tentativa de descrição da performance a um nível comportamental, através da codificação das ações dos indivíduos ou grupos que possuem relevância para jogadores e treinadores (Franks & McGarry, 1996; citados por Oliveira e Silva, 2006). Este processo deve ser realizado ao longo de toda a época, pois pode fornecer informações importantes para o treino (Gowan, 1987; citado por Oliveira e Silva, 2006), tornando-se imprescindível na preparação de uma equipa quando se visa a optimização da prestação desportiva (Moutinho, 1991). Este tipo de análise pode servir para caracterizar todas as ações, quer sejam de jogadores e equipas adversárias, quer sejam da própria equipa. Assim, a análise do adversário (bem como do seus jogadores) é feita num prisma de aproveitamento dos pontos fracos num jogo/momento de competição próxima, tendo a análise da própria equipa uma duração mais longínqua no tempo, servindo para

monitorizar o processo de treino. A AJ pode ser dividida em 2 vertentes: (i) análise quantitativa, que consiste na medição da performance e é geralmente expressa em número (Bolt, 2000; citado por Oliveira e Silva, 2006), e (ii) a análise qualitativa, que tem uma relação com a impressão que retiramos daquilo que é observado (Franks, Goodman & Miller, 1983; citados por Oliveira e Silva, 2006). Silva (2006) refere que, embora aparente existir um fosso entre análise quantitativa e análise qualitativa, a literatura aponta para um racional de combinação das duas variantes, pois esta pode constituir-se como uma ferramenta muito eficaz, desde que os critérios da análise qualitativa analisados sejam específicos e a interpretação e processamento dos dados seja concisa e construtiva. A combinação deste dois tipos de análise surge como um complemento chave para as equipas de alto rendimento, surgindo como um complemento de extrema utilidade à optimização do processo de treino.

Com o passar dos anos, e a evolução dos métodos que cada analista adopta para a AJ, foram sendo desenvolvidos programas informáticos que facilitam o tratamento dos dados, bem como a exposição desses mesmos dados às equipas técnicas e aos jogadores, quando necessário. Empresas como a AMISCO, a SportsTec ou a Prozone surgem na linha da frente com os seus sistemas informáticos sofisticados no campo da análise de jogo e, apesar dos elevados custos financeiros para a aquisição dos mesmos, os clubes, que pretendem atingir patamares de excelência no futebol, acabam por adquiri-los.

Para a análise qualitativa, geralmente feita *in loco*, a maioria dos clubes, e cada vez mais o leque é alargado, tem na sua estrutura técnica um analista de jogo. Este é responsável pela análise do adversário, sendo regida por categorias e comportamentos pré-definidos pela equipa técnica. Este trabalho surge como um factor importante no planeamento dos microciclos, pois há uma enorme necessidade de adaptar o treino à competição, ou seja, treinar em especificidade. Resumindo, é constatado que a AJ é uma ferramenta que pode fazer a diferença entre sucesso e insucesso em equipas de alto rendimento, pelo que é uma vantagem para quem faz uso desta ferramenta.

2.2. Contexto Legal

A atividade do treinador de desporto, englobando o treinador de futebol, é regulada pela Lei nº40/2012 de 28 de Agosto, que veio substituir o antigo Decreto Lei 248-A/2008. Segundo esta lei, a atividade de treinador desportivo, “compreende e a orientação competitiva de praticantes desportivos, bem como o enquadramento técnico de uma atividade desportiva exercida: a) como profissão exclusiva ou principal, auferindo por via dela uma remuneração; b) de forma habitual, sazonal ou ocasional, independentemente de auferir uma remuneração.”¹ No ano 2012, a formação dos treinadores deixou de ser da responsabilidade das respectivas federações desportivas e passou a ser responsabilidade do Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) que, em consonância com as federações desportivas, desenvolveu o Plano Nacional de Formação de Treinadores (PNFT)². Este programa divide a formação em quatro graus distintos e contempla a atribuição de uma Cédula de Treinador de Desporto, de acordo com as habilitações de cada treinador, a experiência profissional ou o reconhecimento de títulos adquiridos noutros países³. Assim, o (i) grau I compreende os treinadores apenas com conhecimento básico, não concedendo qualquer tipo de autonomia na unidade de treino, servindo apenas como auxiliares de um supervisor direto; (ii) grau II já permite ao treinador ter autonomia e liderança no processo de treino, bem como no seu planeamento, acrescentando ainda a possibilidade de supervisão de treinadores de grau I ou II, sendo também possível o auxílio a treinadores de grau superior; (iii) o grau III confere ao seu titular competências para o planeamento do exercício e avaliação de desempenho de um colectivo de treinadores com grau igual ou inferior, coordenando, supervisionando, integrando e harmonizando as diferentes tarefas associadas ao treino e à participação competitiva; (iv) grau IV confere competências no âmbito de funções de coordenação, direcção, planeamento e avaliação, cabendo-lhe as funções mais destacadas no domínio da inovação e empreendedorismo, direcção de equipas técnica pluridisciplinares, direcções técnicas regionais e nacionais, coordenação técnica de seleções regionais e nacionais e coordenação de ações tutoriais⁴.

¹ http://www.idesporto.pt/ficheiros/file/Lei40_28Ago_treinadores.pdf.

² <http://www.idesporto.pt/ficheiros/file/PNFT/PNFT%20-%20O%20LIVRO.pdf>.

³ http://www.idesporto.pt/ficheiros/file/Lei40_28Ago_treinadores.pdf.

⁴ http://www.idesporto.pt/ficheiros/file/Lei40_28Ago_treinadores.pdf.

No que ao futebol diz respeito, a Federação Portuguesa de Futebol (FPF) divide a formação de treinadores em consonância com a UEFA. Esta divide a formação dos treinadores de futebol em 4 níveis, que devem equivaler aos quatro graus de formação do IPDJ. Embora não exista nenhum curso de certificação do profissional da área da análise de jogo, o PNTF refere que o treinador deverá ter competências ao nível da identificação de talentos para a prática desportiva de determinada modalidade, ao nível da participação na análise e avaliação dos adversários e ao nível de implementação de programas de controlo do treino e rendimento, tanto dos jogadores, como da equipa. Assim, a interdependência entre a área do treino de futebol e da análise de jogo, faz com que o analista de jogo, neste caso, comece por ter uma formação base em treino desportivo de futebol, procurando formação na área específica da análise de jogo, como complemento aos conhecimentos já adquiridos.

2.3. Contexto Institucional

O Grupo Desportivo Estoril Praia, SAD (GDEP, SAD), primeiramente denominado Grupo Desportivo Estoril Plage, foi fundado a 17 de Maio de 1939 pelo Dr. Joaquim Cardim, José Ereia, João Rebelo, Armando Vilar, Ernesto Tomás e Joaquim Nunes, adoptou as cores azul e amarelo como símbolo da maior riqueza da região – azul do mar e amarelo do sol. A representação destas cores é visível, tanto no símbolo do clube, como no equipamento principal das equipas. Por esta razão, a equipa do GDEP é conhecido como a equipa “canarinha”, numa comparação com a seleção brasileira de futebol. É um clube eclético, pois tem ao dispor da população outras modalidades, para além do futebol, como o badminton, o basquetebol, entre outros. O Estádio António Coimbra da Mota, inaugurado a 1 de Janeiro de 1939, também conhecido como Campo da Amoreira, é o palco dos jogos caseiros da equipa do Estoril. Tem capacidade para 5000 espectadores⁵.

Atualmente o clube está dividido em 2 secções. Com a criação da Sociedade Anónima Desportiva (SAD), que ficou encarregue da gestão e administração do futebol profissional, o Grupo Desportivo Estoril Praia fica apenas encarregue da gestão e administração das equipas de formação. Esta SAD foi criada com o intuito de limpar o “passivo” que o clube tinha. Nos dias de hoje, a empresa Traffic Sports é a maior

⁵ <http://www.estorilpraia.pt/historia.html> e documentação interna GDEP, SAD.

acionista do clube, com 75% das ações. Tiago Ribeiro é o presidente do clube, e ao mesmo tempo representante desta empresa no GDEP, SAD. É também detentora dos direitos desportivos de outros clubes, como o Desportivo Brasil (Brasil) e o Fort Lauderdale Strikers (Estados Unidos da América), o que facilita o intercâmbio de jogadores entre as equipas, nomeadamente entre o Desportivo Brasil e o GDEP, SAD⁶. Na tabela abaixo, estão representados alguns dados relativos à participação do clube nas diversas competições⁷.

Tabela 1 – Dados relativos à participação do clube nas diversas competições.

1ª Divisão/1ª Liga	Melhor classificação: 3ª lugar (20 presenças)
2ª Liga	1 campeonato da Liga de Honra (13 presenças)
2ª Divisão	5 campeonatos
Taça de Portugal	Melhor classificação: finalista vencido (55 presenças)
Taça da Liga	Melhor classificação: 2ª fase de grupos (4 presenças)

A organização estrutural do GDEP, SAD, contempla duas situações distintas: funcionários com presença nos quadros internos do clube (figura 1) e funcionários que, não pertencendo aos quadros internos do clube, trabalham num regime de prestação de serviços (tabela 2)⁸.

⁶ <http://www.estorilpraia.pt/historia.html> e documentação interna GDEP, SAD.

⁷ <http://www.estorilpraia.pt/historia.html> e documentação interna GDEP, SAD.

⁸ Documentação interna GDEP, SAD.

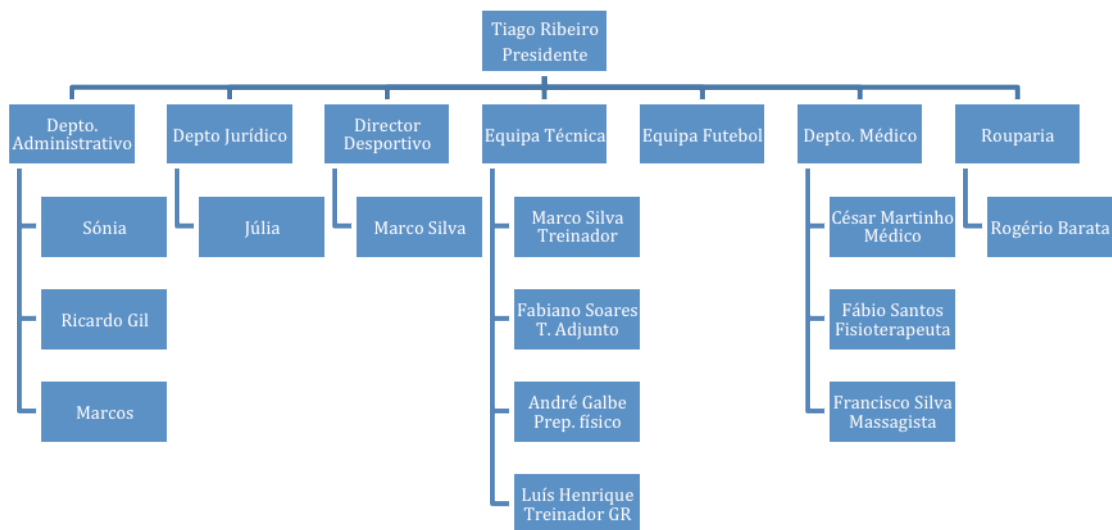


Figura 1 – Quadros internos do clube.

Tabela 2 – Trabalhadores em regime de prestação de serviços.

Valentim	Responsável pelo relvado
Renato	Responsável pela limpeza
Rui Amaro	Depto. de Análise de Jogo: observação e análise de adversários; observação e análise da equipa do GDEP, SAD.
David Garcia	
Gonçalo Pereira	
Ricardo Correia	
André Silvério	Preparação física: Controlo do treino
João Oliveira	Delegado nos jogos oficiais
Presidential Tours	Empresa responsável pelo transporte da equipa

2.4. Contexto de Natureza Funcional

O presidente, Tiago Ribeiro, que acumula também a função de representante da empresa Traffic Sports no clube, é responsável pelas decisões respeitantes ao mesmo, mantendo a ligação entre ambas as partes. Os Deptos. Administrativo e Jurídico tem a função de auxiliar o clube nas suas áreas de intervenção. Marco Silva, enquanto diretor desportivo, tem funções de liderança no que respeita à vertente técnica do clube. Compra e venda de jogadores, fazer a ligação entre a parte administrativa e a equipa

técnica, bem como tentar responder aos pedidos da equipa técnica junto dos quadros superiores do clube eram algumas das suas funções.

No que concerne à equipa técnica, esta foi inicialmente liderada por Vinícius Eutrópio. A 29 de Setembro de 2011 foi realizada uma troca na liderança da equipa técnica, passando Marco Silva a acumular as funções de diretor desportivo e de treinador da equipa profissional de futebol. Este passou, também, a ser responsável por liderar todo o processo de gestão da equipa de futebol, orientando e supervisionando o trabalho realizado pelos elementos que compõe a equipa técnica. André Galbe e André Silvério tinham a responsabilidade da preparação física no treino, ficando Luís Henrique a seu cargo com toda a preparação do treino dos guarda-redes. Fabiano Soares, como treinador adjunto, auxiliava o treinador Marco Silva na gestão de todo este processo. No início da semana, a equipa técnica reunia-se para visualizar jogos do adversário com o intuito de, em colaboração com os dados fornecidos pelo responsável pela análise do adversário, definir a estratégia de jogo para o próximo encontro.

No que ao Departamento de Análise de Jogo diz respeito, Rui Amaro acumulava funções de responsável pelo Departamento de Análise de Jogo e pela observação e análise dos adversários do Estoril-Praia (*in loco* e com recurso a meios audiovisuais). Após a observação, era sua função elaborar um relatório para impressão com todos os dados relativos ao adversário, tanto de natureza colectiva como individual. Pontos fortes e pontos fracos do adversário estavam discriminados no relatório, que facilitava a preparação do microciclo de treino em função do adversário. Todos os dados relativos à análise da equipa do GDEP, SAD, tanto numa base colectiva como numa base individual, eram da responsabilidade dos analistas de jogo estagiários da FMH (David Garcia, Gonçalo Pereira e Ricardo Correia). Esta análise contemplava todos os jogos disputados pela equipa, acrescentando ainda uma análise de evolução mensal e anual. A observação dos jogos era feita *in loco*, se os jogos fossem no Estoril ou na zona de Lisboa, ficando a observação por vídeo para os jogos que requeriam uma deslocação longa. Os analistas de jogo estagiários acumulavam ainda outras funções no clube como, por exemplo, (i) edição de compactos vídeo de jogadores adversários (definidos previamente pela equipa técnica) para ser fornecido aos jogadores do Estoril-Praia, (ii)

edição de vídeo dos jogadores do GDEP, SAD para a Bolsa de Jogadores⁹ e (iii) edição de todos os momentos de intervenção do guarda redes no jogo.

Para finalizar, o Depto. Médico era responsável por providenciar de tratamento clínico tanto nos jogos como nos treinos, por diagnóstico e tratamento de lesões, auxiliar o preparador físico na recuperação do esforço dos jogadores e por definir as ementas dos jogadores nas refeições nos estágios pré-competitivos.

3. Prática Profissional

3.1. Organização e Gestão do Processo de Treino

3.1.1. Análise da Situação

3.1.1.1. Diagnóstico

3.1.1.1.1. Caracterização das condições de trabalho

Recursos Temporais

Sendo o Estádio António Coimbra da Mota propriedade do GDEP, SAD, todas as infraestruturas são para utilização dos elementos ligados ao mesmo. Apesar de haver horários marcados para treino, entre outros, a utilização da sala que se destinava aos elementos que faziam a análise de jogo estava sempre disponível, o que permitia organizar o horário de trabalho semanal de acordo com as necessidades. Há uma diferença de método de trabalho se o jogo se realizar ao sábado ou ao domingo, bem como se este se realizar fora de casa ou em casa. O que ficou acordado com os elementos responsáveis pela equipa técnica foi que todos os relatórios, tanto individuais como colectivos, seriam entregues até terça-feira. No que diz respeito aos melhores momentos dos jogadores, estes devem ser entregues ao clube na 6ª feira a seguir ao jogo. Contudo, tem sido procurado entregar tudo com a maior brevidade possível, tendo sido inclusivamente já entregues relatórios à 2ª feira se o jogo for em casa (pois há acesso ao vídeo no próprio dia).

Recursos Materiais/Logísticos

Em termos de infraestruturas ao dispor dos colaboradores, estes dispõem de um campo relvado para a prática da atividade com 2 bancadas centrais (uma das quais coberta), compostas por 5000 lugares sentados, com camarotes, bar, entre outros.

⁹ Compacto de vídeo com os melhores momentos de cada jogador.

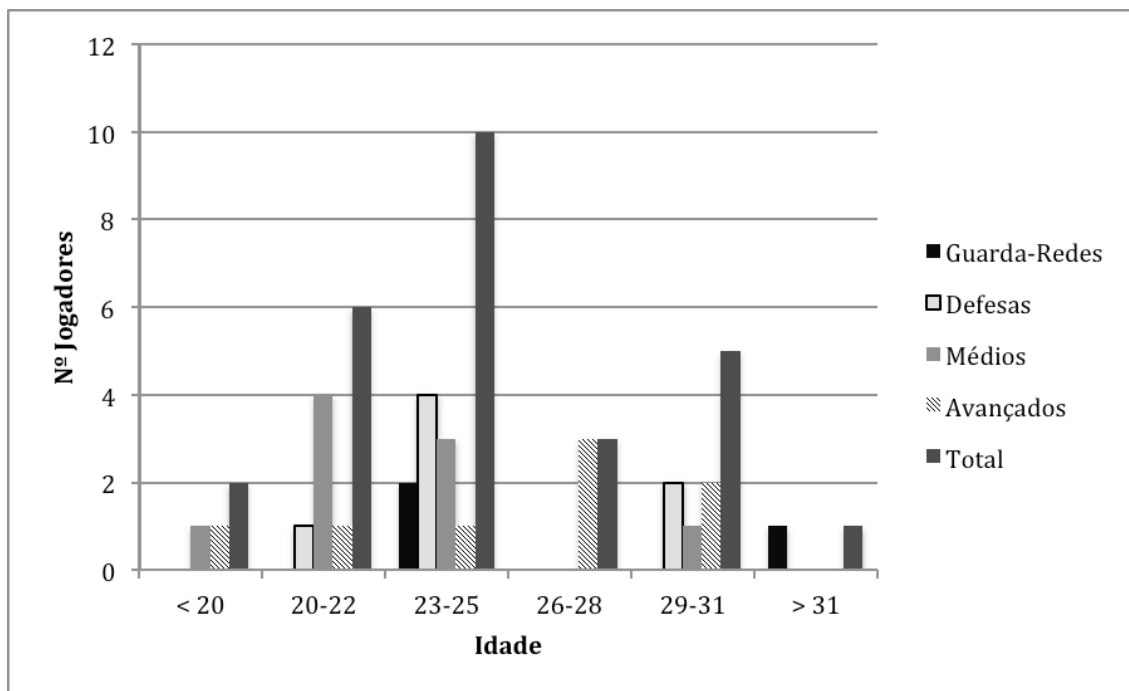
Escritórios, balneários amplos, sala de imprensa também são outras infraestruturas também disponíveis neste espaço desportivo. Encontra-se à disposição material de escritório (mesas, cadeiras, computadores, armários e internet sem fios) na sala onde os elementos ligados à análise de jogo normalmente se reúnem para desenvolver o seu trabalho. Contudo, para a realização deste trabalho, apenas era necessário fichas de registo previamente criadas para a observação e análise do jogo, os computadores pessoais dos analistas de jogo estagiários possuidores do documento criado para armazenamento dos dados. As reuniões com a equipa técnica eram realizadas numa sala de reuniões (normalmente a sala de reuniões da equipa técnica), sendo o jogo em casa observado num espaço reservado para o efeito, com vista ampla e privilegiada para todo o campo.

3.1.1.1.2. Caracterização dos atletas

A caracterização dos atletas que compõem o GDEP, SAD na época 2011/2012 foi dividida em duas grandes partes: (i) caracterização dos dados relativos a variáveis morfológicas e à nacionalidade; (ii) caracterização dos dados relativos à componente técnico-tática por posição. A análise relativa à componente técnico-tática foi feita segundo as características técnicas dos jogadores, e segundo as características táticas que o treinador pretendia para cada posição no campo (de acordo com o modelo de jogo da equipa). Todas as variáveis foram definidas pela interação entre elementos da análise de jogo e equipa técnica. A recolha e análise dos dados foi feita através de um documento criado pelos intervenientes no processo. Para a análise das características dos jogadores, foi adoptado o perfil correspondente a cada jogador do plantel relativo ao mês de Agosto (início da competição). Relativamente aos jogadores só utilizados no mês de Setembro, foi com base nos jogos disputados nesse mesmo mês que foi feito o diagnóstico. No que diz respeito aos jogadores não utilizados no decorrer da presente época, não será apresentado diagnóstico pois a avaliação e o controlo das variáveis analisadas só são feitas num contexto de competição. Nesta fase de diagnóstico serão apresentados os jogadores (excepto guarda-redes) que cumpriram com as seguintes condições: a) tenham disputado pelo menos 45 minutos de jogo em competição no mês de Agosto; b) tenham disputado pelo menos 45 minutos de jogo em competição nos meses de Agosto/Setembro (caso a 1ª condição falhe). A caracterização dos jogadores é

feita através de atributos, calculados pela taxa de sucesso (n° casos sucesso/ n° casos x 100), convertidos posteriormente para uma escala de 0 a 10 (ex.: uma percentagem de 87% corresponde a um valor de 8,7 – 9).

(A)



(B)

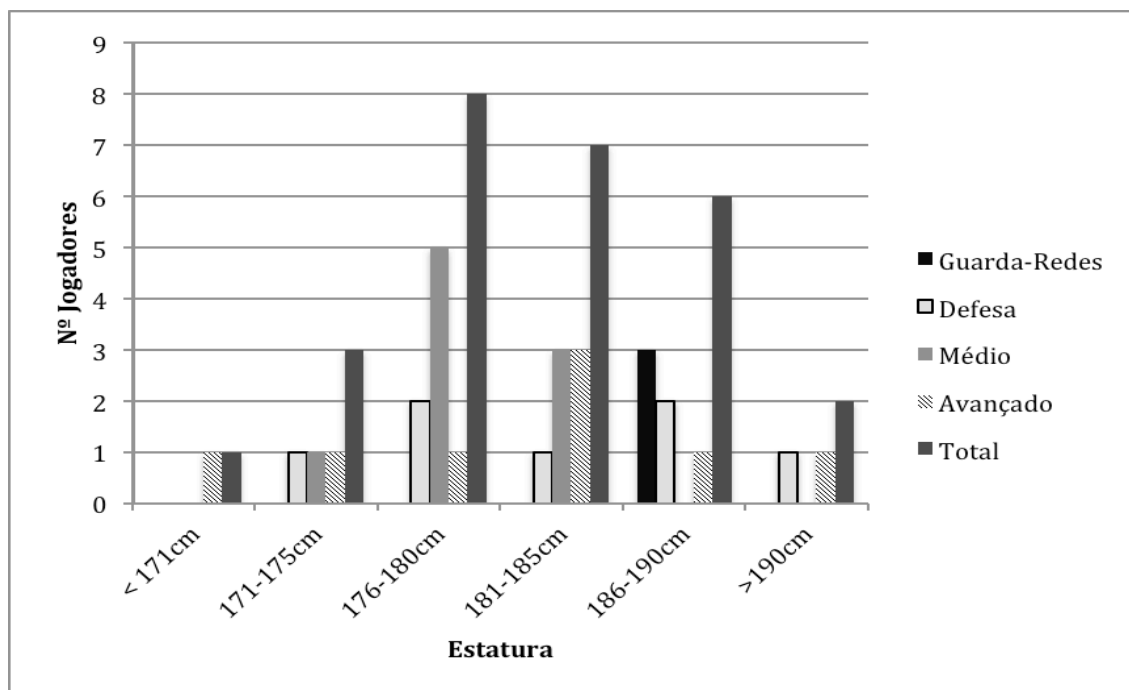


Figura 2 – Caracterização dos jogadores do GDEP, SAD em função da posição; A – Idade, B – Estatura.

A figura 2 demonstra que, em relação à idade, a maioria dos jogadores constituintes do plantel do GDEP, SAD se situa entre os 23 e os 25 anos, seguindo-se da categoria entre os 20 e 22 anos. Relativamente às posições, verifica-se que para os (i) guarda-redes existem dois jogadores com idades compreendidas entre os 23 e os 25 anos e um jogador com mais de 31 anos; (ii) a maioria dos jogadores do sector defensivo tem idades compreendidas entre os 23 e os 25 anos; (iii) existe um grande domínio de jogadores no sector médio com idades compreendidas entre os 20 e os 22 anos (4 jogadores) e os 23 e 25 anos (3 jogadores); e (iv) os avançados têm uma distribuição por todas as categorias excepto a categoria > 31 anos, tendo a sua predominância na categoria 26-28 anos. Relativamente à estatura, verifica-se que a distribuição da estatura dos jogadores do plantel se acentua na categoria 176-180cm (8 jogadores), seguido das categorias 181-185cm e 186-190cm (7 jogadores e 6 jogadores, respectivamente). Se for feita uma análise por posição verifica-se que: (i) os três guarda-redes se encontram na categoria 186-190cm; (ii) a distribuição dos defesas é equitativa nas categorias 176-180cm e 186-190cm (2 jogadores cada), havendo uma distribuição de 1 jogador por cada uma das outras categorias (à excepção da categoria < 171cm); (iii) os médios têm como categoria predominante 176-180cm, com 5 jogadores, seguido da categoria 181-185cm, com 3 jogadores; e (iv) os avançados apresentam uma distribuição de 1 jogador por cada categoria, à excepção da categoria 181-185cm que tem 3 jogadores. Relativamente à nacionalidade, podemos verificar na tabela 3 que o plantel é constituído por 10 jogadores de nacionalidade portuguesa, 11 jogadores de nacionalidade brasileira, 3 jogadores cabo verdianos, 1 jogador da Guiné-Bissau, 1 jogador moçambicano, 1 jogador do Canadá e 1 jogador francês.

Tabela 3 – Nacionalidade dos jogadores do plantel do GDEP, SAD.

Nacionalidade	Nº Jogadores
Portuguesa	10
Brasileira	11
Cabo Verdiana	3
Guineense	1
Moçambicana	1
Canadiana	1
Francesa	1

Nas tabelas 4 a 8 será feita uma análise às características técnico-táticas dos jogadores, distribuídas pela sua posição.

Tabela 4 – Análise Quantitativa dos Defesas Centrais (Avaliação Inicial).

	Bruno N.	Steven Vitória	Lameirão
Atributos Técnicos			
Passe	8	9	9
Curto	8	10	10
Longo	4	3	4
1º Toque	10	10	10
Recepção	10	10	10
Cabeceamento	8	8	10
Remate	10	3	-
Intercepção	7	9	10
Intercepção	8	8	9
Desarme	8	10	10
Cruzamentos	3	-	-
Longo	10	-	-
Linha de Fundo	2	-	-
Remate	-	-	-
Pé Dominante	-	-	-

Pé não Dominante	-	-	-
Drible	10	8	10
Atributos Táticos			
Processo Ofensivo			
Largura na 1ª fase	8	9	7
Progressão com bola	8	10	8
Lançamento Longo	6	3	3
Processo Defensivo			
Ocupar o CC*	9	9	10
Marcação	9	8	9
Cobertura	9	10	10
Zona cruzamentos	9	10	9

* Ocupar o Corredor Central.

Tabela 5 – Análise Quantitativa dos Defesas Laterais (Avaliação Inicial).

	Anderson L.	Luís Tinoco	Tiago Gomes
Atributos Técnicos			
Passe	7	8	9
Curto	8	9	9
Longo	2	2	6
1º Toque	9	10	8
Recepção	10	9	10
Cabeceamento	7	9	9
Remate	10	-	-
Intercepção	7	9	9
Intercepção	7	10	7
Desarme	8	-	9
Cruzamentos	5	4	7
Longo	8	3	8
Linha de Fundo	3	5	7

Remate	-	-	3
Pé Dominante	-	-	3
Pé não Dominante	-	-	-
Drible	6	5	8
Atributos Táticos			
Processo Ofensivo			
Largura na 1ª fase	8	7	9
Apoiar o ataque	9	8	9
Entradas no SO**	6	5	8
Processo Defensivo			
Bloquei às entradas	7	4	6
Ocupar o CC*	10	10	9
Cobertura ao DC***	8	-	10
Zona cruzamentos	9	9	10

* Ocupar o Corredor Central; ** Entradas no Sector Ofensivo; *** Cobertura ao Defesa Central.

Tabela 6 – Análise Quantitativa Médios Defensivos (Avaliação Inicial).

	Gonçalo S.	Erick C.	Diogo Amado
Atributos Técnicos			
Passe	9	10	9
Curto	9	10	9
Longo	4	-	0
1º Toque	9	10	10
Recepção	9	10	10
Cabeceamento	6	10	10
Remate	5	-	10
Intercepção	7	10	-
Intercepção	7	-	10
Desarme	8	0	10
Cruzamentos	7	-	-
Longo	10	-	-

Linha de Fundo	-	-	-
Remate	-	-	-
Pé Dominante	-	-	-
Pé não Dominante	-	-	-
Drible	9	-	10
Atributos Táticos			
Processo Ofensivo			
Variação do CJ*	8	10	5
Progressão com bola	10	10	10
Equilíbrio Defensivo	9	10	10
Processo Defensivo			
Ganhos de 2ª bola	6	0	7
Cobertura	8	-	10

* Variação do centro de jogo.

Tabela 7 – Análise Quantitativa Médios Interiores (Avaliação Inicial).

	Hauw	C. Eduardo	Coimbra	Dantas	di Paula
Atributos Técnicos					
Passe	9	8	8	8	5
Curto	10	8	9	9	5
Longo	5	4	3	5	5
1º Toque	10	10	7	8	6
Recepção	8	9	10	9	9
Cabeceamento	10	6	8	6	5
Remate	-	10	-	-	-
Intercepção	10	5	8	6	5
Intercepção	6	9	5	6	10
Desarme	-	7	9	6	6
Cruzamentos	10	8	6	4	10
Longo	10	8	0	5	10
Linha de Fundo	10	7	10	3	-

Remate	-	8	-	3	-
Pé Dominante	-	7	-	3	-
Pé não Dominante	-	-	-	10	-
Drible	10	8	7	7	-

Atributos Táticos					
Processo Ofensivo					

Trocas posicionais*	-	5	10	9	-
Equilíbrio defensivo	10	9	8	8	-
Progressão com bola	10	-	-	8	10
Passe de ruptura	-	-	-	5	-

Processo Defensivo					
---------------------------	--	--	--	--	--

Ocupar o CC***	10	9	9	10	10
Marcação ao lateral	10	8	9	10	-
Temporização	8	8	8	8	-
Zona cruzamentos**	8	7	9	8	-

* Trocas posicionais no corredor lateral; ** Ocupar espaço interior nos cruzamentos; *** Ocupar o corredor central.

Tabela 8 – Análise Quantitativa Extremos e Avançados (Avaliação Inicial).

	Adilson	Fabício	Gerso	Moreira	Licá
Atributos Técnicos					
Passe	8	8	9	8	9
Curto	9	8	8	9	9
Longo	-	-	-	7	-
1º Toque	8	7	10	8	9
Recepção	8	8	9	7	9
Cabeceamento	7	6	-	6	2
Remate	7	4	-	5	3
Intercepção	-	8	-	7	2
Intercepção	5	8	10	6	5
Desarme	10	10	10	8	8

Cruzamentos	10	-	6	8	7
Longo	10	-	-	7	-
Linha de Fundo	10	-	6	8	7
Remate	3	10	-	7	2
Pé Dominante	5	10	-	10	2
Pé não Dominante	-	-	-	-	-
Drible	8	5	8	7	6

Atributos Táticos – Extremo					
Processo Ofensivo					

Trocas posicionais*	-	-	-	-	-
Zona cruzamentos	-	-	10	-	10
Aproveitamento CL nas TO**	-	-	10	-	10

Processo Defensivo					
---------------------------	--	--	--	--	--

Reacção à perda	-	-	10	-	3
Pressão no CL	-	-	10	-	5
Ocupar o CC***	-	-	10	-	10

Atributos Táticos - Avançado					
Processo Ofensivo					

Aparecer no espaço entre linhas	9	8	10	7	9
Zona cruzamentos	8	9	7	8	8
Ocupar corredor nas TO****	10	10	8	8	10

Desmarcações ruptura	9	-	10	-	9
-----------------------------	---	---	----	---	---

Processo Defensivo					
---------------------------	--	--	--	--	--

Reacção à perda	7	8	10	8	7
------------------------	---	---	----	---	---

* Trocas posicionais no corredor lateral; ** Aproveitamento do corredor lateral nas transições ofensivas; *** Ocupar o corredor central; **** Ocupar o corredor lateral nas transições ofensivas.

3.1.1.1.3. Caracterização do contexto competitivo

O GDEP, SAD é um equipa profissional que milita na Liga Orangina (Liga de Honra), tendo participação em outras provas competitivas como a Bwin Cup (Taça da Liga) e a Taça de Portugal Millenium. A Liga Orangina é uma competição jogada a duas voltas, num total de 30 jornadas, cujos dois primeiros classificados são promovidos à Liga ZON Sagres, e os últimos dois classificados são despromovidos à 2ª Divisão, enquanto a Taça da Liga é uma competição que se disputa em fases de grupos e em eliminatórias, onde na 1ª fase apenas participam equipas da Liga de Honra, juntando-se em fases mais adiantadas as equipas da Liga ZON Sagres. Ambas as competições são jogadas por equipas profissionais. Por fim, a Taça de Portugal é uma competição mais ampla pois, para além dos clubes profissionais, também os clubes que disputam a 2ª e 3ª Divisão estão presentes nesta prova, jogada por eliminatórias. A densidade de jogos do GDEP, SAD é, geralmente, de 1 jogo por semana. Esporadicamente existem semanas em que são disputados 2 jogos (figura 3).

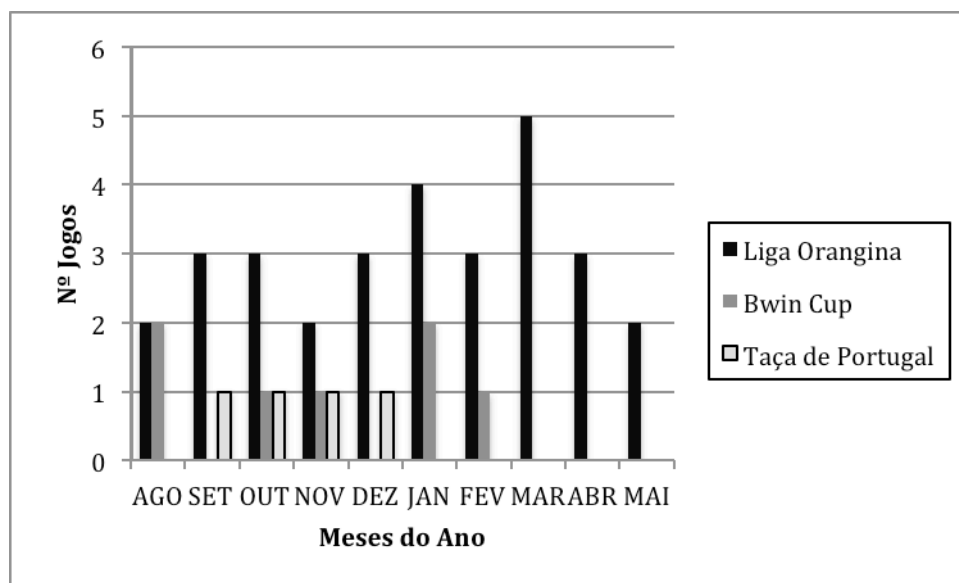


Figura 3 – Distribuição dos jogos oficiais por mês.

A distribuição dos jogos na equipa do GDEP, SAD é relativamente equitativa pelos meses do ano em que há competição. Foi verificado que os meses com maior densidade competitiva são os meses de Outubro, Janeiro e Março, distribuídos pelas diversas competições em que a equipa está envolvida.

3.1.1.1.4. Caracterização dos adversários

Na tabela 9 podemos verificar a distribuição das nacionalidades presentes nesta liga. Dos 472 jogadores que foram inscritos na Liga Orangina 2011/2012, verificamos que 292 (62%) são portugueses e 180 jogadores são estrangeiros (38%). Comparativamente com os dados do GDEP, SAD, verificamos que estes últimos tem maior percentagem de estrangeiros do que jogadores de nacionalidade portuguesa.

Tabela 9 – Nacionalidades adversários do GDEP, SAD.

Nacionalidade	Portuguesa	Estrangeira
Adversários	282 (64%)	162 (36%)
GDEP, SAD	10 (36%)	18 (64%)

No que diz respeito às características táticas das equipas, a grande maioria das equipas apresenta um sistema tático 4x3x3 ou 4x2x3x1, optando por um estilo de jogo valorizando as cautelas defensivas em detrimento do risco ofensivo. De acordo com os as fases de jogo e momentos de transição conhecidos verificamos que para a: (i) organização ofensiva, as equipas optam muitas vezes por troca e posse de bola na 1ª fase de construção (defesas e médio defensivo), notando-se alguma inabilidade para fazer a ligação entre sectores, o que faz com que optem por uma estratégia de jogo mais vertical, procurando chegar rapidamente a zonas perto da baliza adversária, utilizando duas vertentes: passe longo para o avançado (normalmente possante fisicamente), para que este proteja a bola e espere pelo apoio dos colegas, ou bolas para o espaço livre atrás da linha defensiva para a zona dos extremos (normalmente rápidos e fortes no 1x1 ofensivo). São equipas nas quais o médio defensivo apenas tem participação na 1ª fase de construção alienando-se do resto da construção ofensiva. No que aos laterais diz respeito, foram verificados dois tipos distintos: equipas com defesas laterais exclusivamente preocupados com o equilíbrio defensivo e equipas onde os laterais são intervenientes no processo de construção ofensiva, numa fase adiantada do terreno, procurando situações de superioridade numérica nos corredores laterais. Os médios mais criativos são responsáveis pelo equilíbrio no meio campo, bem como pela organização de jogo quando é efectuada a construção em ataque posicional, ou por tarefas relacionadas com os ganhos de 2ª bola quando a equipa opta por jogo vertical;

(ii) transição defensiva, são equipas que optam por se reorganizar rapidamente defensivamente, baixando o bloco defensivo para o seu meio-campo, encurtando as distâncias entre linhas, reduzindo as opções de exploração de espaços por parte dos adversários. Nesta situação, na maioria das vezes, um dos médios interiores recua no terreno de jogo para dar apoio defensivo, formando um duplo pivot defensivo; (iii) organização defensiva, os adversários demonstram maior tendência para defenderem com um bloco baixo, aglomerando mais jogadores na zona defensiva, com o intuito de diminuir o sucesso do jogo vertical do adversário e prevenir a exploração de espaço livre nas costas da defesa. São equipas que deixam o adversário ter a iniciativa de jogo, não pressionando na 1ª fase de construção. Se o adversário conseguir ultrapassar a primeira barreira defensiva e penetrar na organização, os jogadores exercem uma pressão muito intensa por forma a obrigar o adversário a voltar com a bola aos defesas e optar pelo jogo directo; (iv) transição ofensiva, os jogadores procuram rapidamente chegar com a bola a zonas mais ofensivas, normalmente através da exploração do espaço nas costas da defesa, através da velocidade dos seus extremos.

3.1.1.2. Prognóstico

3.1.1.2.1. Definição de objectivos

O GDEP, SAD tinha como principal objectivo garantir um dos dois lugares que no final da época dariam acesso à subida de divisão. Relativamente às outras competições, o objectivo passava pelo garantir do acesso à IV Eliminatória da Taça de Portugal e à 2ª Fase de Grupos da Taça da Liga (tabela 10).

Tabela 10 – Hierarquização dos objectivos do GDEP, SAD para a época 2011/2012.

Hierarquia	Objectivo
Primário	- 1º ou 2º lugar da Liga Orangina
Secundário	- Atingir a 3ª fase da <i>Bwin</i> Cup - Atingir a IV Eliminatória da Taça de Portugal

O GDEP, SAD sendo um clube gerido por uma empresa tem também como objectivo valorizar os seus ativos com o intuito de aumentar a receita. Assim, o clube

também tem uma preocupação em rentabilizar os seus jogadores com o intuito de os vender.

3.1.1.2.2. Definição dos princípios orientadores do trabalho

O Estoril-Praia possui um documento com regras e normas de conduta internas, que está a ser alvo da reestruturação dos regulamentos, razão pela qual, e por ser confidencial e interno do clube, a sua publicação é impossível.

3.1.2. Organização do processo de treino

3.1.2.1. Definição do Modelo de Jogo

Segundo Oliveira (1991), modelo de jogo deve ser entendido como o núcleo central de ideias que o treinador pretende que sejam adoptados pela equipa, tendo por base os princípios de jogo relacionados com os comportamentos tácticos defensivos, ofensivos e de transição ofensiva e defensiva. Teodurescu (1984) acrescenta que o modelo de jogo é uma referência, construída a partir de outras referências de ordem de rendimento superior, que postulam um conjunto de ações individuais e coletivas dos jogadores e da equipa, integradas com o espírito físico e psíquico característico do jogo. A importância do Modelo de Jogo, segundo Mourinho (2006; citado por Oliveira et al, 2006) é elevada, pois é o núcleo de toda a periodização tática, sem a definição do modelo torna-se descontextualizado o trabalho sob a perspectiva da periodização tática. Em seguida é realizada uma descrição do Modelo de Jogo da equipa do GDEP, SAD de acordo com os esquemas tácticos, bem como das fases de jogo e momentos de transição: organização ofensiva, transição defensiva, organização defensiva e transição ofensiva. Por ter sido feita uma troca de treinadores e, consequentemente, de ideias de jogo, será feita uma comparação entre os padrões de jogo do treinador Vinícius Eutrópio e os padrões de jogo do treinador Marco Silva.

Sistema Tático

Em termos de organização estrutural, assistimos a uma mudança com a entrada do novo treinador. Enquanto Vinícius Eutrópio optava por organizar a equipa em 1x4x4x2 losango, Marco Silva, após a sua entrada, distribuiu os jogadores pelo campo num sistema tático 1x4x2x3x1 (figura 4 – A – Vinícius Eutrópio; B – Marco Silva).

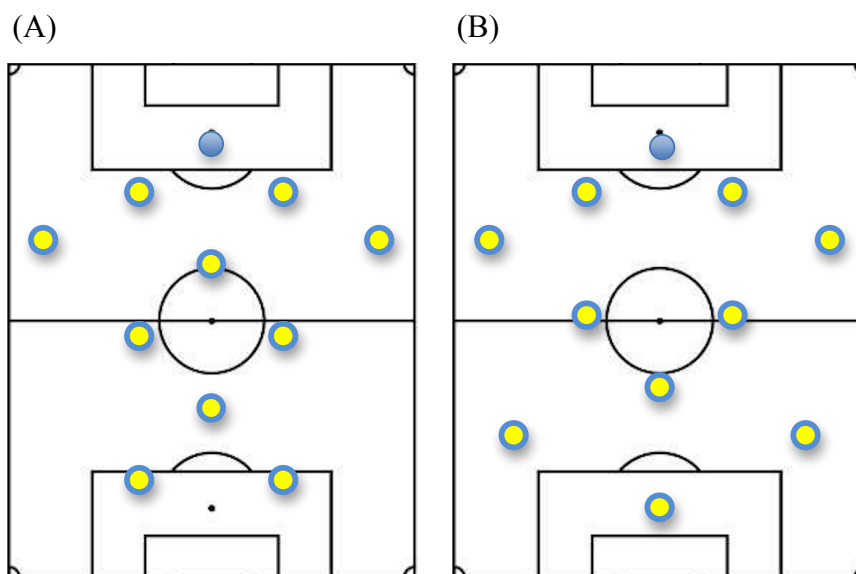


Figura 4 – Sistemas táticos GDEP, SAD – A – Vinícius Eutrópio; B – Marco Silva.

Organização Ofensiva

Vinícius Eutrópio

Método de jogo ofensivo: ataque posicional.

Macro-princípios: (i) largura e comprimento, aumentando o espaço de jogo dentro da organização ofensiva, garantido amplitude em todo o processo; (ii) posse e circulação de bola com um tipo de passe curto e apoiado; (iii) ataque preferencialmente pelas alas, através da criação de superioridade numérica.

Meso e Micro-princípios: (i) na 1ª fase de construção, o médio defensivo baixa para a linha dos defesas centrais, ao mesmo tempo que os laterais adoptam uma postura mais ofensiva subindo para a linha do sector intermediário (figura 5 - A); (ii) a ligação entre a 1ª fase de construção e a 2ª fase de construção (fase de criação de oportunidades) é feita, preferencialmente, em posse de bola com jogo apoiado pelos médios interiores, que exploram o espaço livre nas alas. A lateralização do jogo faz com que seja fundamental a criação de superioridade numérica nas laterais (defesa lateral, médio interior e avançado) para progressão no terreno; (iii) Os avançados, frequentemente, fazem aproximações para o espaço entre linhas, procurando em seguida desmarcações de ruptura no espaço livre atrás da linha defensiva adversária. São também responsáveis por dar largura no sector ofensivo, ocupando os corredores laterais quando a bola é jogada nessa zona; (iv) quando a bola está num dos corredores laterais, o médio interior e o defesa lateral contrário (este excepto na 1ª fase de construção) devem fechar o

corredor central, formando uma zona de equilíbrio defensivo; (v) em situações de cruzamento pelas laterais (forma preferencial de criar situações de finalização), o avançado desse lado é responsável por atacar o 1º poste, enquanto o outro avançado fica ao 2º poste. O médio ofensivo deve ocupar a zona de grande penalidade (figura 5 – B).

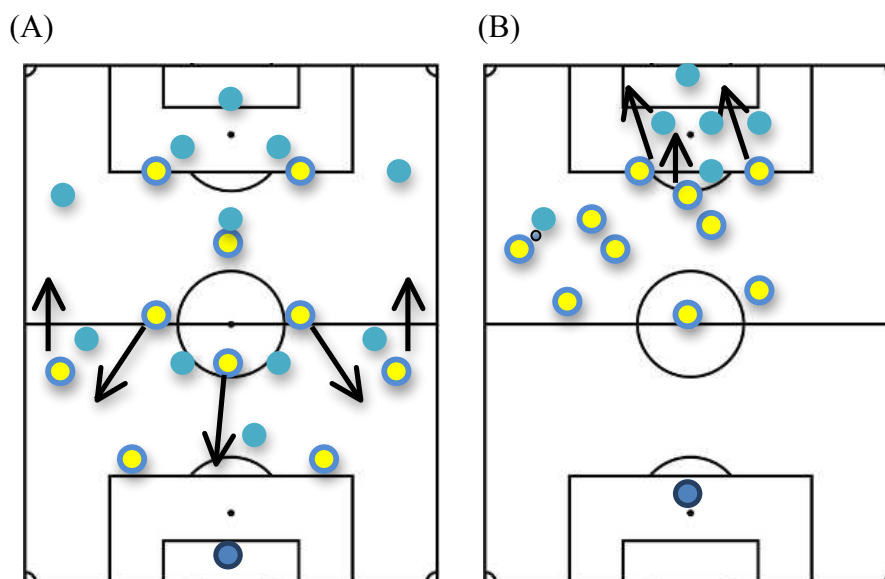


Figura 5 – A - 1ª fase de construção ofensiva; B – Fase de criação de oportunidades.

Marco Silva

Método de jogo ofensivo: ataque posicional.

Macro-princípios: (i) largura e comprimento, aumentando o espaço de jogo dentro da organização ofensiva, garantindo amplitude em todo o processo; (ii) posse e circulação de bola com um tipo de passe curto e apoiado. Procura realizar passes para a frente, evitando os passes para trás e para o lado, o que torna a equipa mais objectiva na procura do golo (iii) ataque preferencialmente pelas alas, através da criação de superioridade numérica.

Meso e Micro-princípios: (i) na 1ª fase de construção, os laterais adoptam uma postura mais ofensiva subindo para a linha do médio defensivo (figura 6 – A); (ii) a ligação entre a 1ª fase de construção e a 2ª fase de construção (fase de criação de oportunidades) é feita, preferencialmente, em posse de bola com jogo apoiado pelos médios defensivos, que têm a função de lateralizar o jogo para as alas; (iii) preocupação em criar situações de 2x1 (lateral e extremo) e 3x2 (lateral, extremo e médio ofensivo) nos corredores laterais, para criar situações de finalização; (iv) presença de um avançado mais fixo na área, que deve servir de referência nos cruzamentos; (v) quando a bola está num dos

corredores laterais, o médio defensivo do lado oposto, o defesa lateral contrário (este excepto na 1ª fase de construção) e o extremo do lado contrário devem fechar o corredor central, formando uma zona de equilíbrio defensivo; (vi) em situações de finalização, o médio ofensivo é responsável por estar na zona da marca de grande penalidade, o extremo contrário ao 2º poste e o avançado atacar o 1º poste (figura 6 – B).

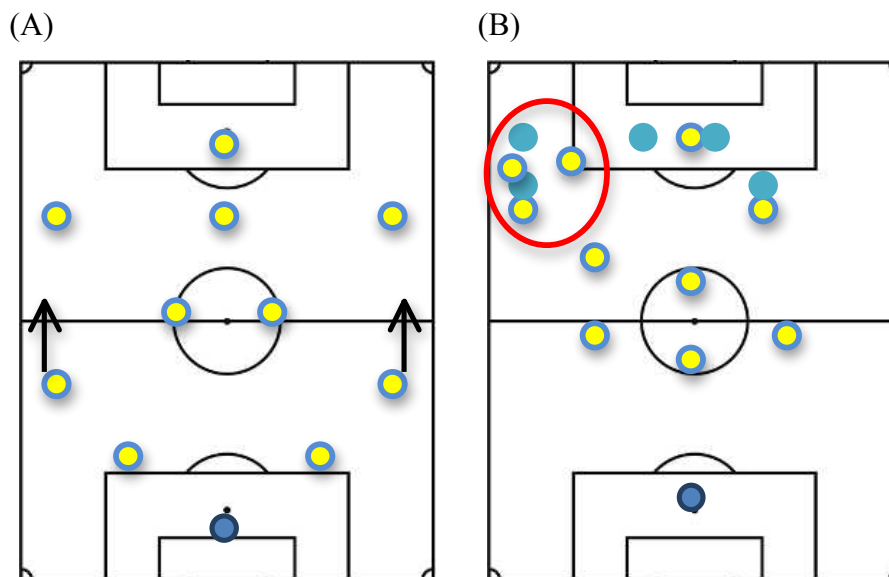


Figura 6 – A – 1ª fase de construção; B – Fase de criação de oportunidades.

Transição Ofensiva

Vinícius Eutrópio (ver figura 7 - A)

Método: ataque rápido/contra-ataque

Macro-princípios: (i) mudança rápida do centro de jogo, aproveitando o espaço livre no corredor contrário.

Meso-princípios: (i) preocupação em passar a bola para o corredor central, espaço privilegiado para o médio ofensivo receber a bola e organizar o ataque; (ii) avançado que acompanha a subida do lateral no processo defensivo, rapidamente realiza a transição para explorar as costas desse mesmo jogador, junto de um corredor lateral. O outro avançado, que se situa no corredor central, procura rapidamente o espaço vazio nas costas da linha defensiva adversária; (iii) preocupação da equipa em criar situações de superioridade numérica ofensiva; (iv) se esse tipo de transição não for conseguida, há uma preocupação em manter a posse da bola e procurar um método de jogo ofensivo de ataque posicional.

Marco Silva (figura 7 - B)

Método: ataque rápido/contra-ataque

Macro-princípios: (i) procura rápida do espaço livre na retaguarda da linha defensiva (espaço entre defesa lateral e defesa central);

Meso-princípios: (i) preocupação em passar a bola para o corredor central, e a partir daí realizar um passe para a retaguarda da linha defensiva, para a zona dos extremos; senão for conseguida, é exigido um passe para os extremos, também nas costas da defesa; (ii) preocupação da equipa em criar situações de superioridade numérica ofensiva; (iii) se esse tipo de transição não for conseguida, há uma preocupação em realizar um passe de segurança que permita a manutenção da posse da bola e procurar um método de jogo ofensivo de ataque posicional.

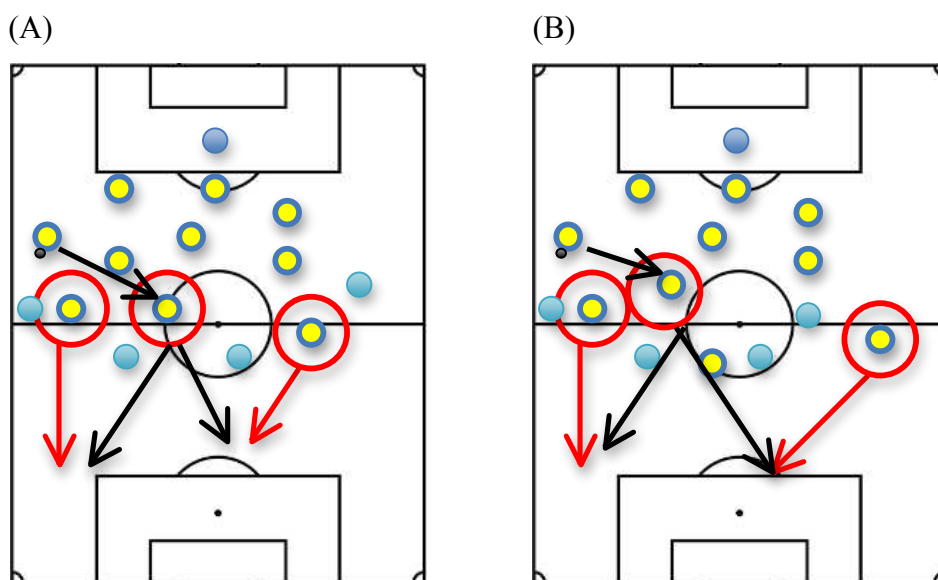


Figura 7 – Transição ofensiva; A – Vinícius Eutrópio, B – Marco Silva.

Organização defensiva

Vinícius Eutrópio

Método: defesa à zona/zona pressionante

Macro-princípios: em processo defensivo, a equipa procurava: (i) rapidamente tornar-se coesa e compacta num bloco médio; (ii) movimentar-se em função do posicionamento da bola; (iii) corredores laterais definidos como zonas pressionantes.

Meso e Micro-princípios: (i) na 1ª fase de pressão, os dois avançados da equipa, ocupavam os corredores laterais, sendo a pressão feita no corredor central pelo médio ofensivo da equipa controlando as acções e movimentos do médio defensivo da equipa

adversário. O médio ofensivo apenas exercia pressão ao defesa central adversário caso se verificasse passe de lateral para central, deslocando-se o avançado do lado apostado para uma zona maior interior junto ao 2º central adversário; (ii) os jogadores envolvidos na zona pressionante eram o avançado, médio interior e defesa lateral (figura 8 – A); (iii) os avançados da equipa eram responsáveis por acompanhar os movimentos ofensivos dos defesas laterais adversários. Caso não o fizessem o médio interior é que assumia esse papel; (iv) com o objectivo de manter a equipa concentrada e coesa, o médio interior e defesa lateral do contrário movimentavam-se para o corredor central, definindo uma zona de equilíbrio defensivo; (v) Em situações de cruzamento favoráveis à equipa adversária, os defesas centrais e o lateral do lado oposto à bola ocupava uma zona central dentro da área, ocupando cada um deles a zona do 1º poste, zona central e 2º poste. O médio defensivo e médio interior contrário devem ocupar uma zona central à frente dos defesas, próximo da entrada da área. No que diz respeito à zona lateral onde se encontra a bola, o defesa lateral e médio interior devem fazer pressão no jogador adversário com posse de bola, evitando que o cruzamento saia. Se o cruzamento for efectuado, não deve ser realizado da linha de fundo.

Marco Silva

Método: defesa à zona/zona pressionante

Macro-princípios: em processo defensivo, a equipa procurava: (i) rapidamente tornar-se coesa e compacta num bloco médio (ii) movimentar-se em função do posicionamento da bola; (iii) corredores laterais definidos como zonas pressionantes.

Meso e Micro-princípios: por jogar num sistema tático diferente, na 1ª fase de pressão (1º momento) os laterais contrários eram da responsabilidade dos extremos, ficando o ponta de lança com encarregue dos centrais. Este marcava o defesa central do lado da bola, sendo que se houvesse uma variação do centro do jogo para o outro central, a responsabilidade era do médio ofensivo (2º momento); (ii) o jogo adversário deve ser canalizado para as faixas laterais, onde são definidas as zonas pressionantes. O avançado deve cortar a linha de passe entre centrais para obrigar o passe para o corredor lateral (figura 8 – B); (iii) se a bola penetrar a organização defensiva pelo corredor central, os jogadores do meio-campo exercem uma forte pressão com o intuito de obrigar o adversário a jogar a bola para trás e/ou para o lado; (iv) quando a bola está num dos corredores laterais, o lateral e extremo contrário, bem como o médio defensivo

do lado contrário devem fechar o corredor central, constituindo uma zona de equilíbrio defensivo; (v) Em situações de cruzamento favoráveis à equipa adversária, os defesas centrais e o lateral do lado oposto à bola ocupava uma zona central dentro da área, ocupando cada um deles a zona do 1º poste, zona central e 2º poste. Os médios defensivos devem ocupar uma zona central à frente dos defesas, próximo da entrada da área. No que diz respeito à zona lateral onde se encontra a bola, o defesa lateral e médio interior devem fazer pressão no jogador adversário com posse de bola, evitando que o cruzamento seja realizado.

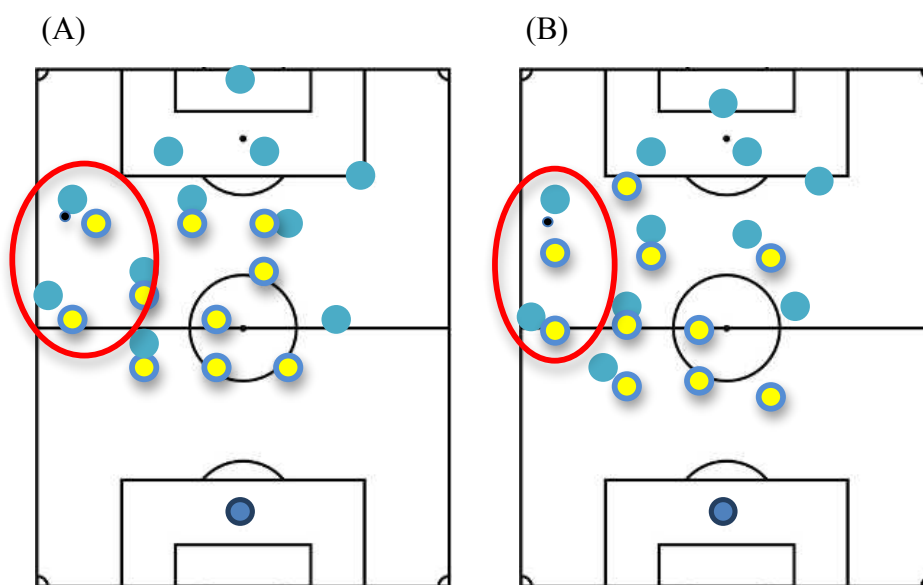


Figura 8 – Zona pressionante; A – Vinícius Eutrópio; B – Marco Silva.

Transição defensiva

Vinícius Eutrópio

Macro-princípios: (i) o jogador mais próximo da bola é responsável por pressionar o adversário, adiando as suas ações ofensivas; (ii) adaptação da restante equipa ao posicionamento do adversário.

Marco Silva

Macro-princípios: (i) os jogadores mais próximos da bola, assumiam uma atitude bastante agressiva sobre o portador da bola, procurando recuperá-la ou impedir a progressão dos adversários sobre o terreno de jogo; (ii) adaptação da restante equipa ao posicionamento do adversário.

Esquemas táticos

Cantos Ofensivos – é importante referir que os cantos ofensivos variam, também, de acordo com a observação que é feita às bolas paradas defensivas do adversário (figura 9).

Vinícius Eutrópio: (i) 2 jogadores no meio-campo para dar equilíbrio defensivo e evitar contra-ataques da equipa adversária; é importante ter superioridade numérica defensiva, ou seja, se a equipa adversária colocar 2 jogadores no meio campo, defensivamente deverão ser colocados 3 jogadores; (ii) 2 jogadores à entrada da área para ganhos de 2ª bola (se for necessário ter 3 jogadores no meio-campo, estará só um à entrada da área); (iii) 1 jogador no 1º poste para desviar a bola ou para canto curto e outro fixo no 2º poste; (iv) 3 jogadores na área que atacam 3 diferentes zonas (1º poste, zona GR/zona central e 2º poste).

Marco Silva: (i) regista-se uma alteração relativamente aos jogadores que se situam no 1º e 2º poste, que passam a adoptar uma posição inicial mais recuada no terreno, junto aos outros 3 jogadores, atacando a zona destinada.

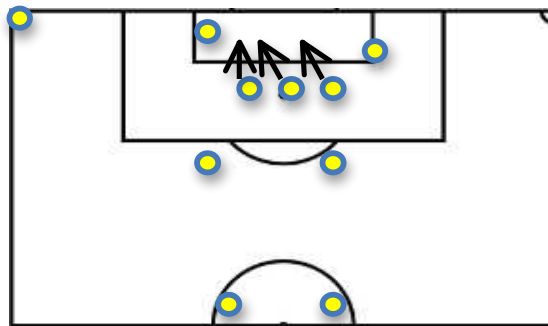


Figura 9 – Esquemas táticos ofensivos – cantos.

Cantos Defensivos (figura 10)

Vinícius Eutrópio: (i) 1 jogador ao 1º poste; (ii) 5 jogadores na zona da linha de pequena área, constituindo a zona de marcação, com a finalidade de atacar a bola; (iii) 2 jogadores na zona da marca de grande penalidade para marcação individual a jogadores adversários chave neste processo; (iv) jogadores próximos de meio campo para eventual contra-ataque.

Marco Silva: (i) regista-se uma alteração relativamente aos 2 jogadores na zona da marca de grande penalidade, que passam a fazer marcação à zona, em vez de marcação individual.

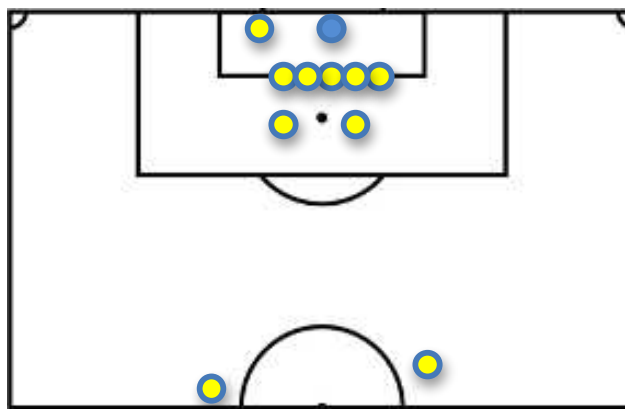


Figura 10 – Esquemas táticos defensivos – cantos.

3.1.2.2. Avaliação e controlo do treino e da competição

Marco Silva, enquanto líder da equipa técnica, era responsável pelo planeamento, condução e avaliação do processo de treino. Acumulava ainda funções que visavam a preparação estratégica da equipa para a competição oficial, bem como a responsabilidade de conduzir a equipa em competição. O treinador adjunto Fabiano Soares auxiliava Marco Silva neste processo. O controlo e gestão das cargas de treino é da responsabilidade do preparador físico André Galbe, bem como do estagiário André Silveiro, que acumulavam ainda funções de recuperação pós-esforço, cuidando de toda a preparação física dos jogadores tanto em exercícios de treino no campo, como no ginásio. Estes monitorizavam este processo através da utilização de aparelhos GPS. O planeamento dos microciclos e unidades de treino é da exclusiva responsabilidade da equipa técnica, resultando da interação entre todos os treinadores. Relativamente ao controlo da competição, era feita uma análise qualitativa pela equipa técnica. A essa análise era aglomerada a análise quantitativa dos jogadores e equipa, que era feita pelos analistas de jogo. Também os compactos de vídeo dos melhores momentos de cada jogador faziam parte dessa análise. Relativamente à observação do adversário, a responsabilidade era do analista de jogo Rui Amaro, ficando a cargo dos analistas de jogo estagiários apenas a edição de vídeos dos jogadores adversários. A tabela 11 representa a ordem de trabalhos durante a semana.

Tabela 11 – Ordem de trabalhos semanal no GDEP, SAD.

Domingo	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Sábado
Jogo	Análise quantitativa		Edição de	Edição de	Entrega	
Observação	colectiva (jogos		vídeos	compactos	dos	
<i>in loco</i> e	fora) e individual		dos	de vídeo	compactos	
análise quant.			melhores	dos	de vídeo	-
colectiva			momentos	adversários	dos	
(jogos casa)					adversários	

3.1.3. Avaliação e Controlo do Plano

Durante a realização deste estágio, todas as tarefas foram sendo alvo de uma avaliação crítica constante, nomeadamente no que à pertinência da mesma diz respeito. As tarefas foram sendo melhoradas, adaptadas ao longo do ano, sempre com vista a um melhor aproveitamento por parte da equipa técnica. Essas alterações foram mais acentuadas quando houve mudança de equipa técnica, pois o novo treinador chegou com algumas ideias diferentes, o que permitiu também melhorar o trabalho realizado. De referir também que a partir desse período a equipa começou a ter uma melhor prestação, conseguindo um número maior de vitórias. Algumas das tarefas mantiveram-se ao longo do ano, enquanto outras foram sofrendo uma reformulação para responder às necessidades da equipa técnica. Estas mesmas tarefas prendiam-se com a análise da equipa e jogadores do GDEP, SAD, onde foi sendo realizado um ajustamento em relação aos atributos, tanto técnicos como táticos, analisados em cada jogo. Alguns deles foram retirados por não serem pertinentes (e.g.: fechar o corredor central nos defesas centrais) e outros adicionados por terem uma maior justificação no planeamento e preparação da estratégia do jogo (e.g.: remates com perigo, remates sem perigo). Também outras tarefas foram acrescentadas a pedido da equipa técnica, como por exemplo, o compacto de vídeo sobre os jogadores adversários. Essa análise crítica foi feita em três vertentes diferentes: (i) discussão crítica entre estagiários; (ii) reuniões periódicas com os responsáveis pela equipa técnica; e (iii) reuniões periódicas com o orientador de estágio, que guiava todo o trabalho efectuado.

3.2. Investigação e Inovação Pedagógica

3.2.1. Método de Jogo Ofensivo Adoptado através da Recuperação da Posse da Bola

3.2.1.1. Introdução

A recuperação da posse da bola é o que permite à equipa entrar em processo ofensivo em busca de um dos objectivos do jogo – marcar golo. Caracteriza-se por desencadear comportamentos técnico-táticos na equipa que está a defender, com o intuito de desapossar o adversário da posse da bola, recuperando-a (Castelo, 2003). Segundo Mourinho (2003; citado por Nascimento, 2008), “o momento em que se perde a posse da bola e o momento em que se ganha a posse da bola, são os mais importantes do jogo”, pois constituem momentos onde há a necessidade de adaptação de mentalidades e comportamentos para se adaptarem a um novo contexto. A necessidade de haver uma grande rapidez neste processo é grande, pois pode haver um aproveitamento de alguma desorganização na equipa por parte do adversário. A caracterização da recuperação da posse da bola e consequente início de processo ofensivo é importante para a equipa técnica pois permite aperfeiçoar determinadas particularidades desse mesmo processo, como por exemplo, a velocidade de execução do 1º passe e sua direção, bem como a distribuição dos jogadores no campo (organização táctica).

Após a recuperação da posse da bola, o processo ofensivo é iniciado (Castelo, 2003), pelo que cada treinador tem de ter em conta o contexto competitivo, as características dos jogadores, entre outros factores que condicionam a estratégia ofensiva adoptada pela equipa para determinado objectivo, sempre em busca da marcação do maior número de golos possível. Para que o processo ofensivo se desenrole, são conhecidos 3 métodos de jogo ofensivo¹⁰ que podem ser adoptados: contra ataque, ataque rápido e o ataque posicional (Castelo, 2003). Como refere Castelo (2003), o contra-ataque define-se como sendo um ataque com uma velocidade elevada com vista a alcançar as zonas de finalização, com poucos jogadores intervenientes sobre a bola, optando por ações técnico-táticas predominantemente pelo lado do risco, aproveitando uma desorganização notória da estrutura defensiva adversária. O ataque

¹⁰ Visam uma coordenação eficaz das ações dos jogadores que constituem a equipa, por forma a criar as condições mais favoráveis para concretizar os objetivos do ataque, em consonância com os objetivos do jogo – o golo. (Castelo, 2003).

rápido difere sobretudo pelo facto de ter de preparar as situações de finalização com a defensiva adversária já organizada (Castelo, 2003). Por último, o ataque posicional, segundo Castelo (2003), é um tipo de ataque que se caracteriza pelo elevado tempo de construção do processo ofensivo, envolvendo a participação de um número elevado de jogadores. Este impõe uma atitude que desencadeia ações técnico-táticas pelo lado da segurança, estabelecendo um equilíbrio dinâmico da organização do método ofensivo constante, na procura de uma ocupação racional do espaço de jogo.

Num estudo realizado por Castelo (2004), foi verificado que na definição do método de jogo ofensivo adoptado pelas equipas, estas preferiam o ataque rápido (49%), em detrimento do ataque posicional (44%) e do contra-ataque (6%). Nascimento (2008), realizou um estudo tendo como amostra uma equipa de elite mundial. Neste estudo procurou caracterizar a transição defesa-ataque da equipa em questão e um dos resultados apresentados prende-se com o método de jogo ofensivo adoptado após a recuperação da posse da bola. Assim, foi atestado que o método de jogo ofensivo mais utilizado por esta equipa é o ataque rápido (45%). Outros métodos de jogo ofensivo foram registados (acrescentando também as bolas paradas como uma categoria a avaliar), destacando-se o ataque organizado (ou ataque posicional) e o contra-ataque com 22% das situações e, por fim, as bolas paradas com 11%. Albin Tenga, Ingar Holme, Lars Tore Ronglan & Roald Bahr (2010), num estudo realizado com equipas de elite norueguesas, verificou que 40,8% dos ataques da equipa preenchiam os requisitos do contra-ataque, enquanto 59,2% dos ataques adoptavam como método de jogo ofensivo o ataque posicional. Barbosa (2009) refere que o contra-ataque, é um método de jogo ofensivo bastante eficaz, acrescentando ainda que ações ofensivas eficazes consubstanciam menor tempo de duração entre o momento da recuperação da posse da bola e da sua finalização.

Mombaerts (2000; citado por Andrade, 2010) refere que é primordial ganhar a posse da bola nas zonas próximas da baliza adversária e sugere que as recuperações de bola realizadas na zona de criação do ataque aumenta a probabilidade na finalização das jogadas. Como complemento, Amieiro (2010) refere que a definição das zonas de recuperação da posse da bola devem ser equacionadas em função do padrão ofensivo desejado, bem como em função das características dos jogadores.

Através da distribuição dos jogadores e das tarefas de cada jogador em campo, facilmente percebemos que há jogadores com mais preocupações defensivas, enquanto há outros com mais preocupações ofensivas. Castelo (2004), diz-nos que os jogadores que mais recuperam a posse da bola são os defesas (27% no sector defensivo e 9% no sector intermédio), pressupondo que pela distribuição dos jogadores em campo, a recuperação da posse da bola é feita quando a equipa tem poucos jogadores atrás da linha da bola, acontecendo o contrário com a equipa adversária, onde a concentração de jogadores atrás da linha da bola é elevada. Assim, surge como ponto fulcral caracterizar o tipo de comportamento defensivo dos jogadores, através de duas variáveis: o número de jogadores adversários atrás da linha da bola e o número de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola no momento de recuperação da mesma.

A direção do 1º passe após a recuperação da posse da bola, foi outra variáveis estudadas por Nascimento (2008) no seu estudo. Este verificou que, após a recuperação da bola, o 1º passe é feito em 44% das vezes para a frente, ou seja, no sentido da baliza adversária, 40% para trás, e em 16% das ocasiões a equipa opta por um passe lateral.

Barbosa (2009) sugere que deve ser feito um estudo de caso para verificação de qual o método de jogo ofensivo utilizado numa equipa de topo do futebol português. Por ser considerado um dos momentos críticos do futebol e por ter encontrado evidências na literatura que apontam para a importância das variáveis deste estudo, o objectivo do mesmo prende-se com a necessidade de averiguar se as variáveis destinadas ao estudo influenciam a definição do método de jogo ofensivo adoptado após a recuperação da posse da bola na equipa correspondente à amostra do estudo.

3.2.1.2. Métodos

3.2.1.2.1. Participantes

Neste estudo de caso foi observada uma equipa de futebol profissional, pertencente ao escalão sénior, a participar na Liga Orangina. O plantel era constituído por 25 jogadores, de diversas nacionalidades. As nacionalidades brasileira e portuguesa eram predominantes (9 jogadores de Portugal, 9 jogadores do Brasil, 3 jogadores de Cabo Verde, 1 jogador da França, 1 jogador da Guiné-Bissau, 1 jogador de Moçambique e 1 jogador do Canadá). Os jogadores tinham idades compreendidas entre os 19 anos e os 32 anos, com uma média de $24,72 \pm 3,81$ anos, com um tempo médio de

prática da modalidade de futebol de $14,8 \pm 4,35$ anos, num intervalo compreendido entre os 6 anos e os 24 anos de prática.

3.2.1.2.2. Recolha de dados

A recolha de dados foi efectuada com recurso à gravação de imagens. Após a gravação da totalidade das ocorrências dos jogos, cada um destes jogos foi visualizado, respeitando as condições acima referidas, no computador. Foram observados 4 jogos realizados pela equipa na condição de visitado, nos períodos em que a equipa observada não está a cumprir com os objectivos definidos para o jogo (vitória), contra adversários que pertencem ao mesmo contexto competitivo. Foram analisadas 49 recuperações da posse de bola, seguidas de ataque posicional (N=23) e contra ataque (N=26), sendo importante referir que as recuperações da posse da bola através de lançamentos laterais, pontapés de baliza, foras-de-jogo e faltas não foram contabilizadas. Também foram retiradas as recuperações de bola em situação de jogo que são imediatamente seguidas de falta ou perda da bola.

Foi feita a observação de cada sequência com recuperação da posse da bola, tendo sido registados, posteriormente, os dados relativos a cada variável, numa ficha de registo previamente criada para o efeito. Importante frisar que o registo da frequência do método de jogo ofensivo adoptado era feito com base em critérios pré-estabelecidos para a definição do método de sequência ofensiva. Assim, foi registado contra ataque quando a) a sequência ofensiva tinha uma duração inferior a 8 segundos b) a sequência ofensiva não envolvesse mais de 4 intervenientes (jogadores) diretos sobre a bola. Por sua vez, foi registado ataque posicional quando a) a sequência ofensiva teve uma duração superior a 8 segundos, b) havia mais de 4 jogadores que intervinham diretamente sobre a bola e, c) não existiam passes longos que atravessassem mais de duas zonas na direção da baliza adversária¹¹.

¹¹ Em cada meio campo existiam 6 zonas divididas na lateralidade do campo pelas linhas imaginárias traçadas pela continuidade das linhas laterais da grande área (corredor lateral esquerdo, corredor central e corredor lateral direito) e no comprimento pela linha da grande área paralela ao meio campo (meio campo defensivo e ofensivo).

3.2.1.2.3. Variáveis

Como variável independente foi definido o método de jogo ofensivo, podendo ser subdividida em contra ataque (CA - engloba os métodos de jogo ofensivo de ataque rápido e contra-ataque) e ataque posicional (AP). Relativamente às variáveis dependentes, foram definidas o número de jogadores adversários atrás da linha da bola (N_JA), a direção do 1º passe após a recuperação da posse da bola (D1P), o número de toques na bola dados pelo jogador recuperador da posse da bola após a sua recuperação (N_TB) e, por fim, o número de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola aquando da sua recuperação (N_JMEALB).

3.2.1.2.4. Validação

Foi criada uma ficha de registo para a recolha dos dados, de acordo com os objectivos propostos para este estudo. Foi feita uma observação de um período de 44 minutos de um jogo de futebol. Uma semana depois foi feita uma segunda observação do mesmo período do jogo, com intuito de correlacionar os dados entre estes dois momentos de recolha de dados. Recorrendo ao teste ICC (Intraclass Correlation Coefficient) para avaliação da fidelidade das variáveis contínuas, o intervalo de confiança foi elevado, variando entre 0,977 e 1. Relativamente às variáveis nominais, foi utilizado o Teste McNemar entre o primeiro e segundo momento de observação. Os resultados indicaram a não existência de diferenças significativas entre as duas observações.

3.2.1.2.5. Hipóteses

- H1:** Existe um efeito do método ofensivo sobre o número de jogadores adversários atrás da linha da bola no momento de recuperação da mesma;
- H2:** Existe uma associação entre o método ofensivo e a direção do 1º passe após a recuperação da posse da bola;
- H3:** Existe um efeito do método ofensivo sobre o número de toques na bola dados pelo jogador recuperador da mesma;
- H4:** Existe um efeito do método ofensivo sobre o número de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola no momento de recuperação da mesma;

H5: Existem correlações entre as variáveis número de jogadores adversários atrás da linha da bola no momento de recuperação da mesma, número de toques na bola dados pelo jogador recuperador da mesma e o número de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola no momento de recuperação da mesma;

3.2.1.2.6. Análise Estatística

Primeiramente, foi realizada a análise descritiva das variáveis. A normalidade da distribuição dos dados foi verificada através do teste de Shapiro-Wilk e a homogeneidade das variâncias certificada pelo teste de Levéne. Nos casos em que não se verificou a normalidade dos dados, recorreu-se à utilização do teste de Mann-Whitney para verificar se existe um efeito do método de jogo ofensivo nas variáveis dependentes deste estudo ((i) número de toques na bola dados pelo jogador recuperador da mesma antes de efetuar o 1º passe, (ii) número de jogadores da mesma equipa atrás da linha da linha no momento de recuperação da mesma e (iii) número de jogadores da equipa adversária atrás da linha da linha no momento de recuperação da mesma). Recorreu-se ao teste do Qui-Quadrado (X^2) para verificar a associação entre o método de jogo ofensivo e a direção do 1º passe após a recuperação da posse da bola. Relativamente à correlação entre as variáveis número de jogadores adversários atrás da linha da bola, número de toques na bola dados pelo jogador recuperador da posse da bola após a sua recuperação e número de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola aquando da sua recuperação, procedeu-se à realização do coeficiente de associação de Rho de Spearman (pois não foi verificada a normalidade). Para o tratamento dos dados, foi utilizado o *Statistical Package for Social Science* (IBM ®, SPSS ® 20, Massachusetts) versão 20.0. O nível de significância (p) utilizado foi de 0,05.

3.2.1.3. Resultados

3.2.1.3.1. Apresentação de Resultados

Foi verificado que, relativamente ao método de jogo ofensivo, nas 49 ações analisadas, a predominância se centra na adopção de contra-ataque (53%), registando 26 ações deste tipo, contra as 23 de ataque posicional (47%). Verifica-se que para a variável direção do 1º passe, subdividida em passe para a frente e passe para trás, a

frequência de adoção do passe para a frente (67%) é superior ao passe para trás (33%), contabilizando-se, respectivamente, 33 e 16 ações.

Tabela 12 – Frequência de Direção do 1º Passe.

	Para a Frente	Para trás
Direção 1º Passe	33 (67%)	16 (33%)

Existe uma independência entre o método de jogo ofensivo adoptado e a direção do 1º passe após a recuperação da posse da bola, ou seja, não há diferenças significativas na adoção dos métodos de ataque no que a esta variável independente diz respeito, $\chi^2(1)=2,310$, $p=0,129$. Logo a hipótese H2 não se verifica.

Para a variável número de toques na bola dados pelo jogador recuperador da mesma antes de efetuar o 1º passe, foi registado que nas 49 jogadas analisadas a média corresponde a $2,12 \pm 0,95$ toques, sendo o mínimo 1 toque e o máximo de 5 toques. Verifica-se que o contra-ataque apresenta uma média de $2,31 \pm 1,01$ toques, com um máximo de 5 toques e um mínimo de 1 toque. No que concerne ao ataque posicional, o valor da média é $1,91 \pm 0,93$ toques, tendo um máximo de 4 toques e um mínimo de 1 toque.

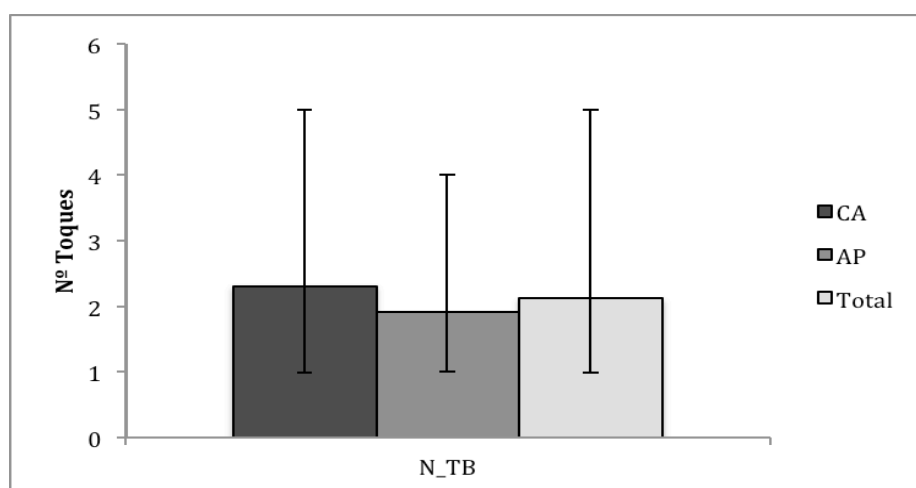


Figura 11 – Estatística descritiva da variável número de toques na bola.

O número de toques na bola e o método de jogo ofensivo adoptado têm uma relação não significativa, logo não há diferenças significativas entre o método de jogo ofensivo

adoptado no que respeita a esta variável, $Z=-1.405$, $p > .05$. Respondendo ao teste de hipóteses, foi concluído que a hipótese H3 não se verifica.

O valor da média de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola no momento de recuperação da mesma foi de $4,84 \pm 3,26$ jogadores, com um mínimo de 1 e um máximo de 11. Para o contra-ataque, a média de jogadores mesma equipa atrás da linha da bola é de $6,15 \pm 3,18$, com um máximo de 11 e um mínimo de 1. Por sua vez, para o ataque posicional foi registado um valor de $3,35 \pm 2,71$, com um máximo de 7 jogadores e um mínimo de 1 (figura 12). Estatisticamente, foi verificado que a variável número de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola e o método de jogo ofensivo adoptado são dependentes, ou seja, existem diferenças estatisticamente significativas no método de jogo ofensivo adoptado quando olhamos tanto para o número de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola, $z=-3,110$, $p < .05$. Logo a hipótese H4 verifica-se.

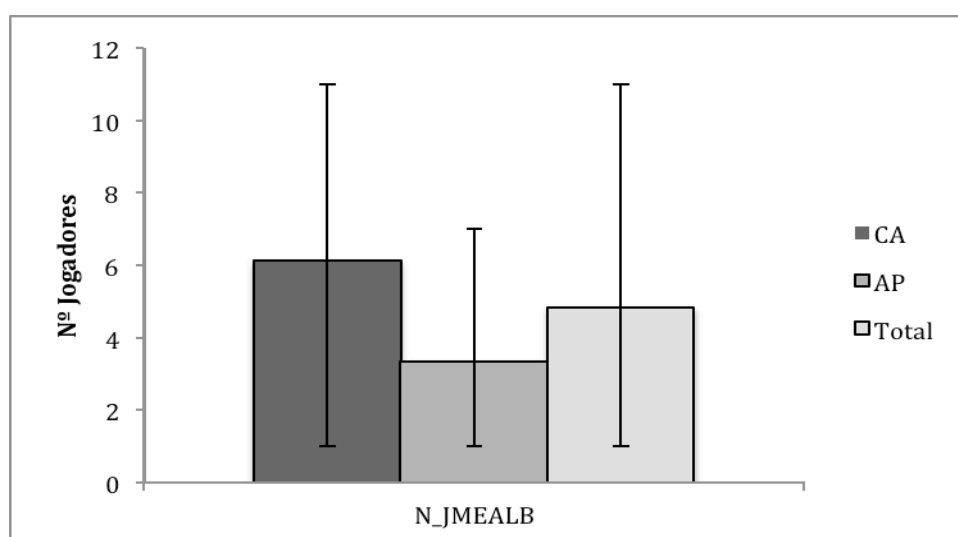


Figura 12 – Estatística descritiva da variável N_JMEALB (número de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola) no momento de recuperação da mesma.

A média de jogadores da equipa adversária atrás da linha da linha no momento de recuperação da mesma foi de $7,98 \pm 2,50$ jogadores, registando-se um mínimo de 3 jogadores com um máximo de 11. Para o contra-ataque verifica-se um valor médio de $6,85 \pm 2,59$ jogadores, tendo sido registado um máximo de 11 e um mínimo de 3 jogadores. Para o ataque organizado, foi verificado um valor médio de $9,26 \pm 1,66$ jogadores, com um máximo de 11 jogadores e um mínimo de 7 jogadores (figura 13).

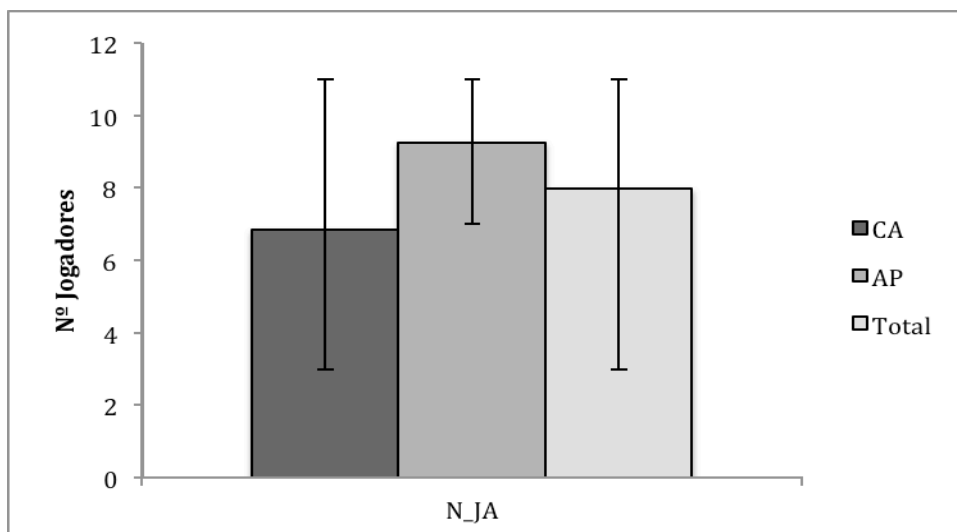


Figura 13 – Estatística descritiva da variável N_JA (número de jogadores adversários atrás da linha da bola) no momento de recuperação da mesma.

Foi verificado que a variável número de jogadores da equipa adversária atrás da linha da bola no momento de recuperação da mesma e o método de jogo ofensivo adoptado são dependentes, ou seja, existem diferenças estatisticamente significativas no método de jogo ofensivo adoptado quando para o número de jogadores da equipa adversária atrás da linha da bola, $Z=-3,301$, $p < .05$. Logo a hipótese H1 é verificada.

Foi feita ainda uma correlação entre as variáveis número de jogadores da equipa adversária atrás da linha da bola, número de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola e número de toques na bola. Foi verificado que existe uma correlação negativa muito forte entre o número de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola e o número de jogadores da equipa adversária atrás da linha da bola no momento de recuperação da mesma, $r=-0,940$, $p<0,001$. Isto significa que há uma relação inversa entre estas 2 variáveis, ou seja, quando há muitos jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola significa que há um número reduzido de jogadores adversários atrás da mesma e vice-versa.

Relativamente à hipótese H5, verificamos que esta se verifica em parte, pois há uma relação inversa entre o número de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola e o número de jogadores da equipa adversária atrás da linha da bola no momento de recuperação da mesma.

3.2.1.3.2. Discussão

Para o método de jogo ofensivo foi registado na equipa em questão, em termos de ataque rápido (já referido anteriormente neste estudo, que engloba ataque rápido e contra-ataque), 26 ações, correspondendo a um valor relativo de 53%, enquanto que em ações ofensivas em ataque posicional a diferença não foi muito grande – 23 ações em valor absoluto, correspondendo a um valor relativo de 47%. Depois de cruzados estes dados com os do estudo de Castelo (2003), verificamos que os valores relativos são muito parecidos. Este autor registou 49% das ações em ataque rápido e 6% em contra-ataque, o que perfaz um total de 55% de ações que estão englobadas na categoria desse estudo. Por sua vez, no ataque posicional foi registada uma percentagem de 44%. Estes valores parecem ser concordantes, podem ser justificados pelo facto de ambos os estudos serem realizados no mesmo contexto, ou seja, com equipas portuguesas, em contexto profissional, onde está presente a mesma cultura futebolística. Missiroli (2002), refere-nos que o futebol, e a importância que este ganhou em muitas sociedades contemporâneas, foi considerado como veículo para uma identidade colectiva, para a transmissão de valores. No fundo, contribuiu para a criação de diferentes culturas e formas de pensar.

Em relação aos dados demonstrados por Nascimento (2008), num estudo realizado com equipas de elite mundial, portanto outro contexto futebolístico, foi averiguado que os dados são algo díspares. Em termos de valores percentuais na categoria de ataque rápido, foi verificado que a percentagem é algo superior (67% contra os 53% deste estudo caso), sendo por sua vez o valor percentual do ataque rápido mais reduzido (22% contra 47%). Sendo equipas de elite mundial, foi comprovado que os contextos presentes nos dois estudos comparativos são diferentes. Albin Tenga, Ingar Holme, Lars Tore Ronglan & Roald Bahr (2010), num estudo realizado com equipas de elite norueguesas, verificaram que 40,8% dos ataques da equipa preenchiam os requisitos do contra-ataque, enquanto 59,2% dos ataques adoptavam como método de jogo ofensivo o ataque posicional. Em relação às equipas norueguesas, parece haver um Modelo de Jogo diferente, pois neste tipo de equipas os resultados são maiores, em termos percentuais, no capítulo do ataque posicional, ao contrário do que acontece neste estudo.

Enquanto que neste estudo o contexto é um contexto profissional de futebol português, na divisão secundária, o estudo de Nascimento (2008) é um estudo que se encontra num contexto de elite mundial, onde o nível competitivo é muito maior, onde existe um misto de culturas futebolísticas que fazem com que o não haja uma cultura dominante como acontece no contexto deste estudo. Por sua vez, o estudo de Albin Tenga, Ingar Holme, Lars Tore Ronglan & Roald Bahr (2010) revela-nos o contexto norueguês, onde o futebol é completamente diferente por uma série de razões tais como a cultura futebolística, a cultura do próprio povo (Missiroli, 2002), as condições climáticas, entre outros factores que podem condicionar a forma como cada equipa se dispõe e define a sua estratégia para cada jogo.

Como todos os jogos são diferentes, com contextos diferentes, é fulcral que a equipa opte por estratégias diferentes de acordo com os desafios que está a enfrentar em determinado momento. Para isso, é necessário que a equipa seja preparada nas unidades de treino para que isso aconteça. Os valores registados não demonstram uma diferença grande entre ataque posicional e contra-ataque, o que revela que a equipa está preparada para desencadear processos característicos de qualquer um dos dois métodos de jogo ofensivo, o que faz da equipa uma equipa versátil. É necessário que nos treinos seja dado um ênfase a ambos os métodos de jogo, pois as características da competição onde a equipa está inserida assim o exige.

Nas variáveis N_JA e N_JMEALB foi verificado que a correlação negativa muito forte é ilustrativa das estratégias táticas pelas equipas. Quantos mais jogadores da equipa em estudo estiverem atrás da linha da bola aquando do momento da recuperação da mesma, menos jogadores da equipa adversária estarão atrás da linha da bola nesse mesmo momento. Como os resultados do estudo apuraram, o método de jogo ofensivo adoptado é dependente das variáveis N_JA e N_JMEALB, pelo que podemos concluir que são duas variáveis importantíssimas na definição da estratégia de jogo a adoptar. Como diz Amieiro (2010), a definição das zonas de recuperação da posse da bola devem ser equacionadas em função do padrão ofensivo desejado, bem como em função das características dos jogadores. Consistem por isso um factor determinante na preparação da estratégia da equipa. Barbosa (2009), verificou que o número de sequências ofensivas positivas é tanto maior quanto mais perto da baliza adversária a posse de bola for recuperada.

Mombaerts (2000; citado por Andrade, 2010) refere que é primordial ganhar a posse da bola nas zonas próximas da baliza adversária e sugere que as recuperações de bola realizadas na zona de criação do ataque aumenta a probabilidade na finalização das jogadas. Os resultados deste estudo são um pouco contraditórios ao que os autores nos referem, pois como podemos testemunhar o valor médio de jogadores da mesma equipa atrás da linha da bola é 4,84, ou seja, que não existem muitos jogadores atrás da linha da bola, sugerindo que a recuperação é feita pelos sectores mais recuados da organização da equipa. Este valor é coadjuvado também pelo elevado número de jogadores adversários atrás da linha da bola – 7,98 em média.

Estes resultados vão de encontro aos resultados de Castelo (2003), que nos diz que os jogadores que mais recuperam a posse da bola são os defesas (27% no sector defensivo e 9% no sector intermédio), pressupondo que pela distribuição dos jogadores em campo, a recuperação da posse da bola é feita quando a equipa tem poucos jogadores atrás da linha da bola, acontecendo o contrário com a equipa adversária, onde a concentração de jogadores atrás da linha da bola é elevada.

Em suma, em relação a estas duas variáveis é tudo dependente das características dos jogadores, das equipas, da estratégia adoptada, ou seja, de um lote muito grande de variáveis que podem condicionar a equipa a conseguir o sucesso em determinado jogo – vitória. Contudo, como é primordial ganhar a posse da bola nas zonas próximas da baliza adversária, pois as recuperações de bola realizadas na zona de criação do ataque aumenta a probabilidade na finalização das jogadas, deve ser dado um ênfase maior na atitude defensiva da equipa, ou seja, a equipa deve ser treinada para defender com um bloco alto, que permita recuperar a posse da bola mais perto da baliza adversária, aumentando assim as hipóteses de transformar as jogadas em golo. Acrescenta a este facto, que as características da competição “moldam” a maioria das equipas para jogar em bloco baixo, o que poderia de alguma forma facilitar a introdução desta vertente na estratégia da equipa.

Após a recuperação da posse da bola, o tempo que o jogador recuperador demora a criar condições de construir uma jogada de ataque, neste estudo representado pelo número de toques na bola dados pelo jogador recuperador da posse da bola após a sua recuperação, pode ajudar a definir esse mesmo ataque. Quanto mais tempo demorarmos na preparação da nossa jogada ofensiva, mais tempo o adversário tem para

se organizar defensivamente e, conseqüentemente, responder de uma forma mais eficaz à nossa ofensiva. Contudo, esta mesma variável, surge independente do método de jogo ofensivo adoptado, ou seja, não há diferenças estatisticamente significativas na adopção do método de jogo ofensivo, neste estudo. As rotinas de jogo e a clara definição do papel de cada jogador na equipa pode ajudar a recuperar tempo, mesmo que o número de toques na bola seja elevado. Neste capítulo, não é necessário trabalhar sobre o número de toques dados pelo jogador recuperador, pois é independente do método de jogo ofensivo adoptado, mas deve ser dada um ênfase nos treinos ao comportamento tanto colectivo como de cada jogador após a recuperação da mesma.

No que à última variável diz respeito - direcção do 1º passe após a recuperação da posse da bola - foi verificado que esta é independente do método de jogo ofensivo adoptado. No estudo realizado por Nascimento (2008), foi comprovado que, após a recuperação da bola, o 1º passe é feito em 44% das vezes para a frente, ou seja, no sentido da baliza adversária, 40% para trás, e em 16% das ocasiões a equipa opta por um passe lateral. Em comparação com os dados deste estudo de caso, foi verificado que, para além de existir outra categoria a analisar, os dados são algos diferentes. Enquanto que a diferença entre passe para trás e para a frente no estudo do autor acima referido é muito pequena (apenas 4%), a diferença neste estudo é maior – 67% para a frente e 33% para trás.

Estes resultados podem ser explicados pela estratégia de jogo adoptado pela equipa em estudo. O contexto competitivo condiciona a estratégia que cada treinador adopta para cada jogo/momento competitivo. Com a observação de diversos jogos para a realização deste estudo, foi verificado que há um maior número de ataques rápidos, o que, embora não demonstre uma dependência entre a direcção do 1º passe e o método de jogo ofensivo adoptado, pode encontrar sustentabilidade na sua justificação nas características do método de jogo ofensivo adoptado acima enunciadas.

Em suma, verificamos que a estratégia de jogo adoptada, bem como outros factores, tais como a cultura (Missiroli, 2002), o contexto competitivo, entre outras, pode influenciar a atuação destas variáveis, bem como a definição do método de jogo ofensivo adoptado para cada jogada.

3.2.1.4. Conclusão

Sendo as transições, tanto ofensiva como defensiva, o momento mais importante do jogo (Mourinho, 2003; citado por Nascimento, 2008), é de fulcral análise qualquer um destes momentos na preparação das equipas para a competição, pois qualquer pormenor pode ser chave para o atingir ou não do sucesso para um jogo, para uma competição, para uma época. Após a recuperação da posse da bola, a equipa adopta um método de jogo ofensivo, de acordo com as possibilidades de exploração das fraquezas demonstradas pelo adversário naquele momento. Neste caso, não há uma diferença significativa na adopção de métodos de jogo ofensivo diferentes, ou seja, não há uma grande diferença entre contra ataque e ataque posicional.

A preparação da equipa no treino para qualquer um dos métodos de jogo explica esse acontecimento, havendo uma preocupação da equipa técnica em transformar a equipa numa equipa versátil, capaz de se adaptar às alterações de contexto facilmente, mais rapidamente que o seu adversário, com o intuito de aproveitar os desequilíbrios do mesmo. A organização dos jogadores em campo, formando um todo numa organização colectiva tem sido preocupação para os treinadores desta equipa, pois foi verificado que as variáveis que visam a organização colectiva são fulcrais no desenrolar do processo da transição ofensiva.

Como principais limitações à realização deste estudo, foi verificado que a amostra do estudo é pequena. Aliado ao facto de ser um estudo que não é muito largo no tempo, condiciona a caracterização do momento de transição ofensiva desta equipa. Em forma de sugestão para estudos futuros, que sirvam como complemento a este, é proposto que: (i) estudo tenha uma amostra maior para que os dados sejam mais fidedignos; (ii) o estudo seja alargado a mais equipas portuguesas; (iii) estudo seja feito num âmbito internacional, misturando culturas, modelos de jogo, entre outras coisas que nos permitam conhecer melhor o futebol.

3.3. Participação no Contexto Competitivo

3.3.1. Base de dados para análise da equipa do Estoril-Praia

3.3.1.1. Introdução

No primeiro contacto com a equipa técnica no início da época, esta apresentou um plano de trabalhos que se prendia com a análise quantitativa dos aspectos técnicos dos jogadores em competição, com o intuito de poder realizar um trabalho de melhoria técnica no final de um treino específico durante a semana. Após esta reunião, os estagiários construíram fichas de registo para recolha de dados, tendo sido criado também um documento informático no software Excel para armazenamento dos dados, para que a informação pudesse ser analisada ao longo do tempo em gráficos, podendo ser verificada a evolução dos jogadores e também o efeito do treino nessas mesmas variáveis. Foi também acrescentada a vertente tática, cujas variáveis foram delineadas segundo o modelo de jogo que o treinador pretendia para a equipa, posição a posição. Esta base de dados foi apresentada em reunião à equipa técnica, tendo sido aprovada. Os principais objectivos da criação desta base de dados prendiam-se com: (i) providenciar à equipa técnica uma análise rigorosa e objectivo da equipa e dos jogadores em competição; (ii) providenciar uma análise constante ao longo do tempo de competição, onde pudesse ser feita uma evolução da equipa e dos jogadores relativamente às variáveis adoptadas; e (iii) criação de um perfil de jogador, atribuindo uma nota a cada atributo técnico e tático pré-definido.

3.3.1.2. Procedimentos para a construção da base de dados

Esta base de dados foi construída no *software* Microsoft Office Excel®, pois sendo um documento informático de fácil utilização e compreensão, permitia efectuar com rigor todas as tarefas a que fomos propostos. Este programa contém uma página inicial onde está presente a constituição do plantel, o calendário competitivo, bem como a opção de observar os perfis de cada jogador e a evolução anual colectiva. Todas estas opções estão ligadas por hiperligações aos dados aos quais correspondem. As fichas para cada jogo eram divididas em fichas de análise colectiva, que continham os dados relativos ao processo ofensivo, processo defensivo, dados gerais sobre o jogo (ex: faltas, golos, entre outros), e uma parte denominada de “ideias-chave” na qual era feita uma apreciação de alguma forma qualitativa que pudesse servir de suporte à análise dos

dados por parte da equipa técnica. Por sua vez, o ficheiro da análise individual era dividido em cruzamentos e remates realizados, recuperações e perda de bolas, atributos técnicos e atributos táticos. No que respeita à evolução anual colectiva, esta subdivide-se em dados gerais, processo defensivo e processo ofensivo, e é um ficheiro onde podem ser armazenados os dados relativos a todos os jogos disputados pelo Estoril-Praia, estando ao dispor a média de cada variável, nos jogos realizados até então, contendo também gráficos com os dados divididos por cada jornada. O perfil de jogador contém as notas de cada atributo (técnico e tática), que é calculado segundo a taxa de sucesso (n° casos sucesso/ n° casos x 100 – por exemplo, uma percentagem de 83% corresponde a uma nota de 8), bem como gráficos evolutivos dos diferentes atributos ao longo das jornadas.

3.3.1.3. Procedimentos para a análise das variáveis e desenvolvimento da base de dados

Para a análise dos dados eram realizados os seguintes procedimentos: (i) observação *in loco* do jogo (jogos em casa) e posterior preenchimento das fichas de registo e programa informático (quando o jogo era fora de casa a visualização do jogo e o preenchimento da análise quantitativa colectiva era feita quando o vídeo estivesse disponível); (ii) observação e análise do desempenho dos jogadores através da visualização da gravação do jogo; e (iii) no final de cada mês era preenchida a evolução anual colectiva e o perfil de cada jogador. Os relatórios de jogo podem ser consultados nos anexos.

3.3.1.4. Análise dos dados

Importa referir que todas as estatísticas que aqui serão apresentadas também podem ser analisadas do ponto de visto defensivo.

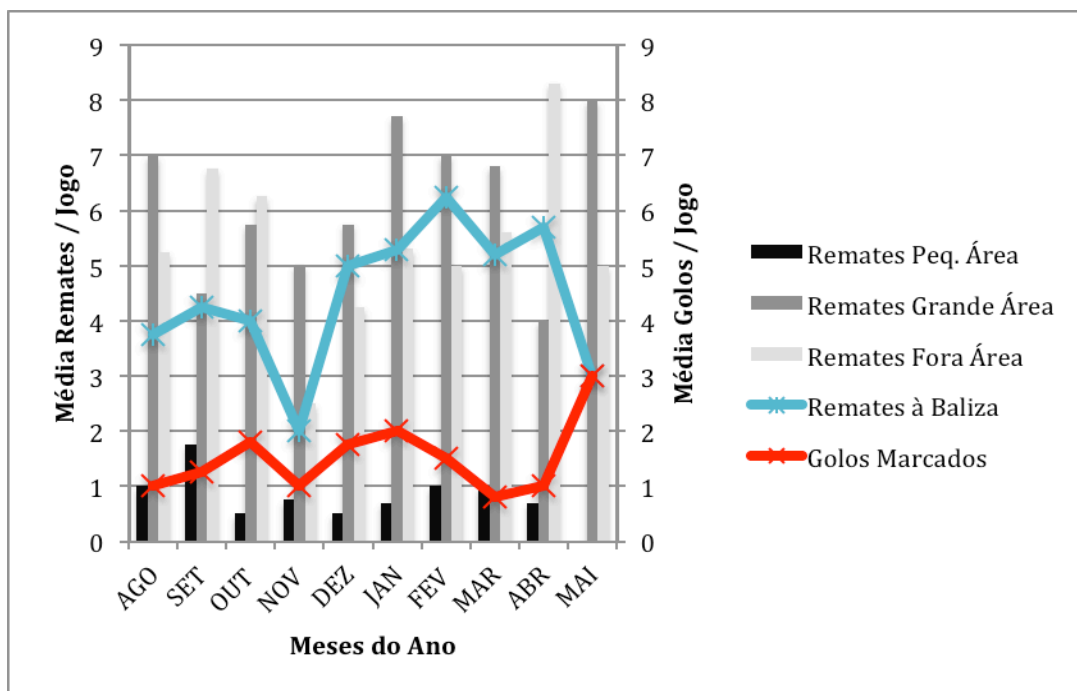


Figura 14 – Relação entre média de remates por zona, média de remates à baliza e média golos marcados, ao longo dos vários meses.

Na figura 13, foi feita uma análise entre média de remates por zona, a média de remates com direcção da baliza, e a média de golos por jogo ao longo do ano. Foi verificado que ao longo de toda a época, à excepção de Setembro, Outubro e Abril, os remates dentro da grande área foram predominantes em relação às outras zonas de remate. Os remates à baliza foram outro dos aspectos que foi melhorando ao longo do tempo, pois foi verificado que a partir de Dezembro a média de remates à baliza aumenta até ao mês de Abril, o que demonstra uma melhor execução do gesto técnico, bem como da análise das condições que levam o jogador a decidir-se pelo finalizar das jogadas. Em relação com o objectivo do jogo, foi analisado que há uma relação entre remates à baliza e golos marcados, ou seja, quando um aumenta, o outro aumenta também, e vice-versa. Longitudinalmente, pode ser verificado que o mês de Novembro foi uma altura crítica neste aspecto, sendo a partir dessa altura da época que a equipa começou a aumentar a média do número de remates e a média dos remates à baliza,

comparativamente com o período competitivo precedente a esse mês. Este facto pode ser justificado, pelo assimilar de conceitos e ideias de jogo do novo treinador, por parte dos jogadores, mas também pelo calendário competitivo, que fez com que a equipa do GDEP, SAD jogasse competições de cariz eliminatório, o que pode condicionar a actuação da equipa. A partir do mês de Novembro pode ser verificado que o número de vitórias começou a aumentar, sendo, consequentemente, marcados mais golos.

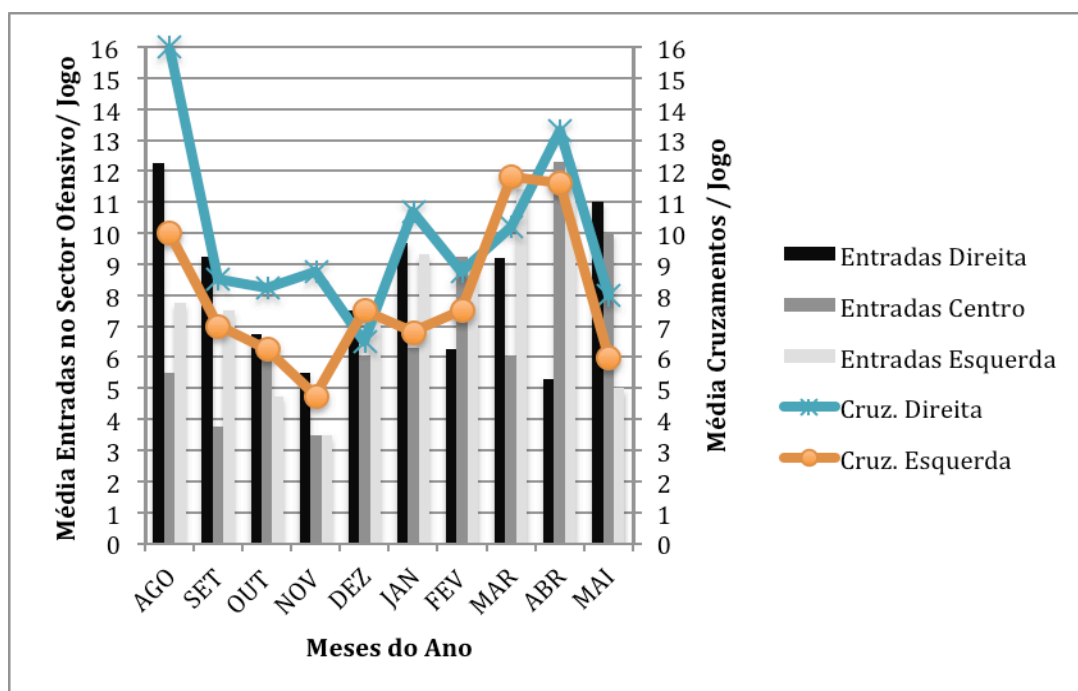


Figura 15 – Relação entre média de cruzamentos por corredor, média de entradas no sector ofensivo e média golos marcados, ao longo dos vários meses.

A relação feita entre entradas e cruzamentos, baseia-se no facto de ambas serem feitas com o intuito de criar desequilíbrios na organização defensiva do adversário. Pela leitura da figura 14, é perceptível que foi verificada uma maior tendência para atacar pelo corredor direito, verificando-se um maior número de entradas no sector ofensivo e nos cruzamentos por esse lado ao longo do tempo. Contudo, a partir de Fevereiro, verificou-se uma maior homogeneidade da equipa em relação à preferência de lado para atacar, chegando mesmo o corredor esquerdo a sobrepor-se, tanto em cruzamentos como entradas no sector ofensivo, em algumas ocasiões. Em relação às entradas no sector ofensivo pelo corredor central, verificamos que estas foram subindo à medida que

o tempo ia passando, equilibrando com os valores dos outros corredores, denotando uma preocupação da equipa técnica em homogeneizar a equipa.

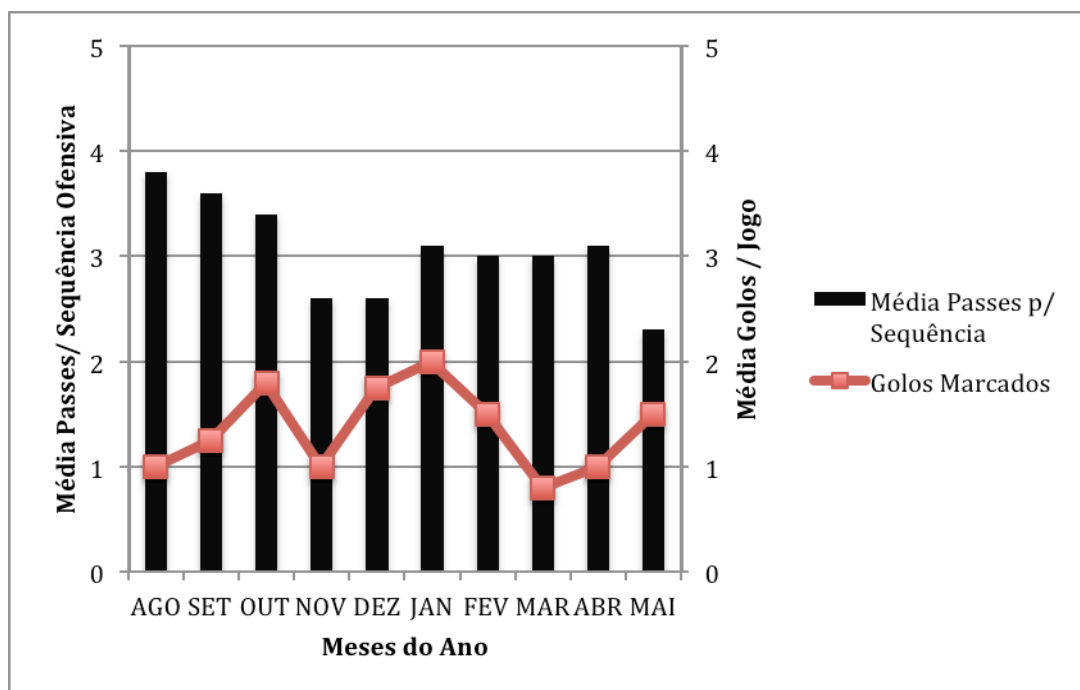


Figura 16 – Relação entre média de passes por sequência ofensiva e golos marcados, ao longo dos vários meses.

Pela análise à figura 15, pode ser verificado que a média de passes por sequência ofensiva foi mais alta nos meses de Agosto e Setembro. O facto de ainda ser o treinador Vinícius Eutrópio que liderava a equipa e que assentava o seu estilo de jogo com base num futebol apoiado e com muita posse de bola na 1ª fase de construção contribui para o aumento do número de passes por sequência ofensiva. No mesmo período de tempo, pode também ser analisada uma baixa média de golos por jogo, o que deixa a entender que a equipa, apesar da muita posse de bola, era pouco objectiva na procura do objectivo do jogo – golo. Após a troca de treinador, a média de passes por sequência ofensiva foi estabilizando em valores mais baixo. Relativamente à média de golos marcados por jogo, pode ser testemunhado que esta foi subindo, tendo o seu expoente máximo em Outubro e entre os meses de Dezembro e Fevereiro. Depois assiste-se a uma baixa desse valor.

Em cada tabela serão apresentados os dados relativos aos 3 jogadores que mais jogaram por posição e que jogaram pelo menos 630 minutos (correspondendo a 7 jogos

completos), englobando atributos técnicos e atributos táticos de cada jogador. Para uma melhor compreensão das tabelas 13 a 18, é necessário que seja tido em conta os números da camisola que cada jogador utilizava. Assim: 19 – Steven Vitória; 3 – Bruno Nascimento; 4 – Lameirão; 5 – Anderson; 6 – Tiago Gomes; 24 – Luís Tinoco; 13 – Gonçalo Santos; 8 – Rodrigo Dantas; 27 – Diogo Amado; 23 – João Coimbra; 30 – Carlos Eduardo; 7 – Moreira; 10 – Gerso; 88 – Licá; 18 – Adilson; e 20 – Fabrício.

Tabela 13 – Análise Quantitativa Defesas Centrais (Avaliação Final).

	19	3	4		19	3	4
Atributos Técnicos				Atributos Táticos			
Passe	8	9	9	Processo Ofensivo			
Curto	9	9	10	Largura na 1ª fase	8	8	8
Longo	4	5	5	Progressão com bola	9	9	9
1º Toque	9	10	10	Lançamento Longo	4	5	5
Recepção	10	10	10	Processo Defensivo			
Cabeceamento	8	8	8	Marcação	10	9	9
Remate	3	10	5	Cobertura	10	9	10
Intercepção	9	8	10	Zona Cruz.	9	10	10
Intercepção	9	9	9				
Desarme	7	8	10				
Cruzamentos	10	4	9				
Longo	10	10	10				
Linha de Fundo	-	2	8				
Remate	5	0	10				
Pé Dominante	7	0	10				
Pé não Dominante	0	0	-				
Drible	8	10	9				

Durante a época houve alternância na dupla de defesas centrais utilizada. Inicialmente formada por Steven Vitória e Bruno Nascimento, com a entrada do treinador Marco Silva, Lameirão entrou para o eixo defensivo em detrimento de Bruno Nascimento. Taticamente, ambos os defesas centrais têm valores elevados,

principalmente no processo defensivo, o que contribuiu em grande parte para o sucesso da equipa durante a época. De referir que no lançamento longo para o ataque (relacionado com o atributo técnico “passe longo”) são jogadores similares, apesar de Steven Vitória procurar muito mais vezes essa solução do que os restantes. Tecnicamente, foi verificado que são jogadores com valores elevados nos atributos mais importantes para os defesas centrais – desarme, intercepção, cabeceamento, passe curto e recepção. De referir que no atributo “desarme”, Steven Vitória é o que tem o valor mais baixo, pois é um central que opta por interceptar jogadas ao invés de desarmar o adversário e ficar com a posse da bola. Comparativamente com os dados do diagnóstico verificamos que Bruno Nascimento e Lameirão, de uma forma geral, melhoraram os aspectos técnicos e táticos, enquanto Steven Vitória teve um pequeno decréscimo nos valores técnicos e um ligeiro aumento nos táticos.

Tabela 14 – Análise Quantitativa Defesas Laterais (Avaliação Final).

	5	6	24		5	6	24
Atributos Técnicos				Atributos Táticos			
Passe	8	8	9	Processo Ofensivo			
Curto	8	9	9	Largura na 1ª fase	9	9	8
Longo	3	5	5	Apoiar o ataque	10	9	9
1º Toque	8	9	8	Entradas no sec. of.	8	8	6
Recepção	9	10	10	Processo Defensivo			
Cabeceamento	8	8	9	Bloqueio às entradas	7	5	6
Remate	5	-	10	Cobertura ao DC*	9	9	8
Intercepção	8	8	9	Zona Cruz.	9	9	10
Intercepção	7	8	8				
Desarme	8	8	7				
Cruzamentos	5	5	4				
Longo	5	4	3				
Linha de Fundo	5	5	5				
Remate	3	3	8				
Pé Dominante	2	3	8				

Pé não Dominante	4	0	-	
Drible	7	7	4	

* Cobertura ao defesa central.

Estes 3 defesas são jogadores tecnicamente evoluídos, embora tenham alguma dificuldade no cruzamento (característica importante para um defesa lateral). Contudo, por criarem muitas situações de cruzamento (razão pela qual a nota é baixa), providenciam aos seus colegas muitas situações claras de finalização. São jogadores que gostam de subir no terreno, embora com algumas cautelas (Anderson é o mais ofensivo dos três) optando por diferentes situações de cruzamento. Anderson (lateral direito) chega muitas vezes à linha de fundo para cruzar, ao contrário dos laterais esquerdos, que optam por fazer cruzamentos de uma zona mais recuada do terreno. Em comparação com os dados da avaliação inicial, ambos os defesas laterais registam uma manutenção dos atributos técnicos, com uma ligeira melhoria nos atributos táticos.

Tabela 15 – Análise Quantitativa Médios Defensivos (Avaliação Final).

	13	8	27		13	8	27
Atributos Técnicos				Atributos Táticos			
Passe	8	9	9	Processo Ofensivo			
Curto	9	9	9	Var. centro jogo*	9	9	9
Longo	5	8	6	Progressão com bola	9	9	9
1º Toque	9	9	9	Equilíbrio defensivo	8	9	10
Recepção	10	9	10	Processo Defensivo			
Cabeceamento	7	7	9	Ganhos 2ª bola	8	10	9
Remate	4	-	8	Cobertura	9	10	10
Intercepção	8	7	9				
Intercepção	8	7	9				
Desarme	7	8	9				
Cruzamentos	4	7	8				
Longo	6	6	8				
Linha de Fundo	3	7	7				
Remate	3	4	4				

Pé Dominante	2	3	4	
Pé não Dominante	3	10	-	
Drible	8	9	9	

* Variação do centro de jogo.

Os trincos são jogadores que assumem uma participação ofensiva mais vincada na 1ª fase de construção. Verificamos que taticamente são jogadores com notas elevadas nos atributos táticos ofensivos, pois o facto de terem os atributos técnicos como o passe, passe ao 1º toque e recepção elevados permite que isso aconteça. No capítulo defensivo, são jogadores com valores também elevados, tanto no plano tático como no plano técnico (intercepção, desarme, cabeceamento de intercepção), o que faz com que tivessem desempenhado as suas funções num prisma bastante positivo, contribuindo assim para o sucesso da equipa. Em relação à primeira avaliação foi verificado que são jogadores que mantiveram os atributos técnicos relativamente constantes (valores altos). Taticamente, foi verificado que Gonçalo Santos regista uma melhoria nos seus atributos. Rodrigo Dantas no início da época jogava numa posição diferente, enquanto o Diogo Amado jogou pouco no período de avaliação inicial, pelo que não foi possível registar muitas das variáveis táticas.

Tabela 16 – Análise Quantitativa Médios Ofensivos (Avaliação Final).

	23	30		23	30
Atributos Técnicos			Atributos Táticos		
Passe	8	8	Processo Ofensivo		
Curto	8	8	Trocas no corredor lat.	9	10
Longo	5	5	Espaço entre linhas	8	9
1º Toque	7	9	CL nas TO*	10	9
Recepção	9	9	Passes ruptura	4	7
Cabeceamento	8	8	Processo Defensivo		
Remate	-	5	Reacção à perda	9	9
Intercepção	9	8	Ocupar cor. central	10	9
Intercepção	7	9			
Desarme	8	8			

Cruzamentos	5	8
Longo	4	8
Linha de Fundo	5	8
Remate	4	6
Pé Dominante	3	6
Pé não Dominante	10	0
Drible	7	8

* aproveitamento do corredor lateral nas transições ofensivas.

Embora tenham jogado na mesma posição (João Coimbra muito mais utilizado) são dois jogadores distintos, o que permite ao treinador mudar a forma de jogar da equipa apenas pela alteração de um jogador. São dois jogadores com atributos técnicos elevados, embora Carlos Eduardo tenha um valor mais elevado no passe ao 1º toque, o que lhe permite decidir e executar de uma forma mais rápida nas zonas de decisão. Tem um valor maior no remate o que faz com que seja bom rematador de meia distância, sendo também um jogador que procura fazer passes de ruptura na defensiva adversária, onde tem melhor nota que o seu colega de posição. É de referir também que é um jogador mais móvel que João Coimbra, pois apresenta um valor mais elevado no atributo trocas posicionais. João Coimbra, por seu turno, é um jogador com mais cautelas defensivas, procurando a ocupação de espaços quando um dos trincos sobe no terreno, juntando-se a estes no processo defensivo, formando um meio campo muito agressivo defensivamente.

Tabela 17 – Análise Quantitativa Extremos (Avaliação Final).

	7	10	88		7	10	88
Atributos Técnicos				Atributos Táticos			
Passe	8	8	8	Processo Ofensivo			
Curto	9	8	8	Trocas posicionais	10	9	9
Longo	4	10	0	Zona cruzamentos	9	10	9
1º Toque	7	8	8	CL nas TO*	10	10	10
Recepção	8	9	9	Desmarcações ruptura	7	6	9

Cabeceamento	7	4	4				
Remate	3	0	4	Processo Defensivo			
Intercepção	8	5	4	Reacção à perda	9	10	8
Intercepção	7	8	6	Pressão cor. lat.	9	9	9
Desarme	8	7	9	Ocupar cor. central*	9	10	9
Cruzamentos	7	3	5				
Longo	6	3	4				
Linha de Fundo	7	3	5				
Remate	6	5	4				
Pé Dominante	6	5	4				
Pé não Dominante	5	5	6				
Drible	7	6	6				

* ocupação do corredor lateral nas transições ofensivas.

Na posição de extremo, Licá foi o que mais jogou durante a época, tendo a outra ala tido um alternar de jogadores que a ocuparam. É preciso ter em conta, que por esse facto, apesar de Licá apresentar valor mais baixos na maioria dos atributos, quando comparado com Gerso e Moreira, a análise da tabela pode induzir em erro, pois se analisarmos outros dados como o número de golo e assistências, pode ser verificado que este foi um jogador determinante. Contudo, todos eles apresentam valor altos, tanto nos atributos técnicos como nos atributos táticos. São 3 extremos com formas diferentes de jogar. Licá é um jogador que gosta de criar desequilíbrios na defensiva adversária, através de desmarcações de ruptura, rápido e forte no 1x1 ofensivo, enquanto que Moreira é mais um extremo clássico que gosta de ir à linha de fundo cruzar, sendo também uma peça importante no processo defensivo. Gerso é um jogador com muita qualidade no 1x1 ofensivo, procurando receber a bola na ala para tirar partido dessa situação. Relativamente aos valores obtidos na avaliação inicial foi verificado que, houve uma melhoria dos atributos táticos, nomeadamente no processo ofensivo.

Tabela 18 – Análise Quantitativa Avançados (Avaliação Final).

	18	20		18	20
Atributos Técnicos			Atributos Táticos		
Passe	8	8	Processo Ofensivo		
Curto	8	8	Espaço entre linhas	8	8
Longo	4	7	Zona cruzamentos	9	9
1º Toque	8	8	CL nas TO*	8	9
Recepção	8	8	Desmarcações ruptura	9	9
Cabeceamento	7	7	Processo Defensivo		
Remate	7	6	Reacção à perda	8	9
Intercepção	8	9	Marcação ao central	10	9
Intercepção	9	9			
Desarme	9	9			
Cruzamentos	9	5			
Longo	10	-			
Linha de Fundo	9	5			
Remate	8	7			
Pé Dominante	8	6			
Pé não Dominante	0	10			
Drible	7	8			

- ocupação do corredor lateral nas transições ofensivas.

Taticamente são jogadores com os valores elevados, tanto no processo ofensivo como defensivo. Por serem avançados, o atributo de remate tanto com o pé, como com a cabeça é importante. Estes jogadores apresentam um valor não muito alto, o que pode ajudar a explicar o facto de não terem marcado muitos golos no decorrer da época. Fabrício é um jogador que procura mais o jogo entre linhas, enquanto que Adilson prefere as zonas laterais, onde parece ter mais sucesso (atestado pelo elevado valor nos cruzamentos).

3.3.1.5. Conclusão

Relativamente aos objectivos propostos, aquando da construção desta base de dados, foi verificado que estes foram atingidos. O trabalho desenvolvido teve uma grande aceitação por parte da equipa técnica, pois esta última utilizava os dados (principalmente os dados da análise quantitativa colectiva) para análise da performance, contribuindo de forma indirecta para o planeamento das sessões de treino. Os dados individuais serviam, não só para criação de uma base de dados, mas também para efeitos psicológicos como a motivação de um atleta. Eram também utilizados para corrigir situações pontuais que o treinador achasse por bem corrigir.

Como futuro melhoramento, é sugerido que as variáveis sejam reduzidas, pois pode causar um efeito de excesso de informação, bem como dificuldade na compreensão da articulação entre variáveis correspondentes à parte técnica e à parte tática. As variáveis devem ser actualizadas por forma a fornecer informação mais objectiva sobre o sucesso da equipa, bem como promover a especificidade do documento informático em relação às ideias de jogo do treinador.

3.4. Relação com a Comunidade

3.4.1. Perfis Psicológicos no Estoril-Praia

3.4.1.1. Introdução

A influência dos factores psicológicos no desempenho das actividades motoras é algo que atletas e teóricos em performance humana têm vindo a descrever como fundamental, particularmente a um nível elevado de competição (Kimbrough, DeBolt & Balkin, 2007). Sendo essa influência enorme, há mesmo quem a considere “a última fronteira no que respeita à preparação dos atletas” (Unesthal, 1985; citado por Cruz, 1996), atingindo valores percentuais perto dos 50%, 60% ou, até mesmo, 70% (Cruz, 1996) dos rendimentos e resultados desportivos. Por ser um tema complexo¹², há necessidade de aprofundamento de estudos numa área que, até aos dias de hoje, intriga aqueles que buscam explicações científicas para as diferenças de personalidades entre os atletas (Filho, Ribeiro & Garcia, 2005).

Nesse sentido Williams e Reylli (2000, citados por Filho et al, 2005) e Reylli et al (2000, citados por Filho et al, 2005), que avaliaram talentos no futebol, verificaram que

¹² Que encerra várias coisas ou ideias - <http://www.priberam.pt/dlpo/default.aspx?pal=complexo>

aqueles jogadores mais talentosos possuíam uma maior auto-confiança, uma menor propensão a distúrbios e eram mais orientados pela tarefa e não pelo ego. Numa equipa de futebol várias são as personalidades, vários são os perfis psicológicos. Como nos refere Raposo (1994), no que ao nível do desporto diz respeito, e mais concretamente à dinâmica da equipa, o atleta suplente é tomado como um indivíduo menos do que o atleta que é titular. O mesmo autor acrescenta que, nesta base, se constroem mitos, rotulando os atletas, classificando os titulares como bons e os suplentes como maus. Num estudo realizado por Raposo (1994), com equipas de futebol da Primeira e Segunda Divisão Portuguesa, foi verificado que os atletas titulares apresentam valores médios superiores aos atletas suplentes. Ainda assim, só existem diferenças estatisticamente significativas na sub-escala Atitude Competitiva e, marginalmente, na sub-escala Auto-Confiança. No mesmo estudo, o autor verificou diferenças nos perfis psicológicos entre atletas de diferentes posições no campo. Foram divididos em 4 categorias: “Guarda-Redes”, “Defesas”, “Médios” e “Avançados”. Foi verificado que há medida que os jogadores assumem uma posição mais ofensiva no terreno de jogo – mais próxima da baliza da equipa adversária - menores são os valores do perfil psicológico. Contudo, as diferenças estatisticamente significativas só se verificam na sub-escala Pensamentos Negativos. Cruz (1996) refere-nos que a experiência pode desempenhar um efeito grande na configuração das características e competências psicológicas dos melhores e mais bem sucedidos atletas.

Por outro lado, Goudas, Theodorakis & Karamousalidis (1998), num estudo realizado com atletas gregos de basquetebol, utilizando o instrumento ACSI-28, verificaram que para a variável experiência que existiam diferenças estatisticamente significativas entre grupos. Foram encontradas diferenças entre grupos nas sub-escalas Confronto com a Adversidade, Concentração, Rendimento Máximo Sobre Pressão e Confiança e Motivação para a Realização. Assim, quanto maior a experiência, ou seja, quantos mais anos de prática da modalidade, maior o valor do perfil psicológico.

Highlen e Bennett (1983; citados por Cruz, 1996) num estudo realizado com atletas canadianos, verificaram que os melhores atletas (atletas que se qualificaram para representar a seleção nacional) apresentarem diferenças em relação aos atletas que não conseguiram a qualificação para a seleção nacional. Os factores de diferenciação foram a auto-confiança e a concentração, tendo sido registados valores mais altos para os

melhores atletas. Também Mahoney, Gabriel e Perkins (1987; citados por Cruz, 1996), num estudo realizado nos EUA, verificaram que os atletas de elite eram capazes de evidenciar maior concentração, eram mais autoconfiantes, recorriam mais à preparação mental quinestésica e referenciada internamente e que estavam mais motivados para o sucesso.

A identificação do perfil psicológico dos atletas, torna-se uma importante ferramenta de trabalho para os treinadores, pois há uma necessidade de identificar características específicas no perfil psicológico relacionado com o sucesso no desporto (Williams & Riley, 2000; Morris, 2000; citados por Filho et al, 2005). Filho et al. (2005) sugerem que é necessário que sejam feitos estudos de perfil psicológico no desporto, não só para uma melhor compreensão do tema, mas também para que seja constatado um perfil psicológico de atleta de alto rendimento. Raposo (1994) sugere que há a necessidade de diferenciar os atletas no treino por sector, para que se possa realizar um trabalho de preparação psicológica de acordo com as necessidades específicas de cada posição. Assim, a identificação do perfil psicológico surge como um complemento fundamental para a equipa técnica pois permite que se trabalhe de acordo com as necessidades de cada atleta, elevando sempre os seus níveis de preparação psicológica.

Por ser uma parte muito importante para os atletas de alta competição pois Cruz (1996) refere que o treino ou a prática mental tem uma enorme importância nas atividades físicas e desportivas, e por ter encontrado evidências na literatura que sustentem o instrumento utilizado, bem como as variáveis escolhidas, os objectivos deste trabalho prendem-se com a identificação do perfil psicológico dos jogadores desta equipa e verificar se, neste estudo de caso, as variáveis adoptadas têm correlação ou exercem um efeito sobre o perfil psicológico dos jogadores.

3.4.1.2. Métodos

3.4.1.2.1. Participantes

Neste estudo de caso foi analisada uma equipa de futebol profissional, pertencente ao escalão sénior, a participar na Liga Orangina. O plantel era constituído por 25 jogadores, de diversas nacionalidades. As nacionalidades brasileira e portuguesa eram predominantes (9 jogadores de Portugal, 9 jogadores do Brasil, 3 jogadores de Cabo Verde, 1 jogador da França, 1 jogador da Guiné-Bissau, 1 jogador de Moçambique e 1

jogador do Canadá). Os jogadores tinham idades compreendidas entre os 19 anos e os 32 anos, com uma média de $24,72 \pm 3,81$ anos, com um tempo médio de prática da modalidade de futebol de $14,8 \pm 4,35$ anos, num intervalo compreendido entre os 6 anos e os 24 anos de prática.

3.4.1.2.2. Instrumento

O *Athletic Coping Skills Inventory* (ACSI-28) foi o instrumento utilizado para a realização deste estudo. É um questionário desenvolvido por Smith, Schutz, Smoll e Ptacek (1995), constituído por 28 itens e é o resultado de vários anos de estudo e investigação com uma primeira versão do ACSI, constituída por 87 itens distribuídos por 7 sub-escalas. O ACSI-28 reflete capacidades psicológicas multifacetadas, sendo demonstrado a sua validade psicométrica (Coimbra, 2011; Smith et al., 1995). Todos os itens são respondidos numa escala do tipo Lickert de 4 pontos (1= Quase Nunca; 4= Quase sempre). Exemplo de um item: “Na minha modalidade, eu lido muito bem com situações inesperadas”.

Os 28 itens encontram-se distribuídos por sete sub-escalas (com 4 itens cada), avaliando cada uma delas as seguintes competências psicológicas (acrescenta-se o significado de cada uma, para um atleta com elevados “scores”): a) **Rendimento máximo sobre pressão (RMSP)** - sente-se mais desafiado que ameaçado nas situações de pressão competitiva e atinge bons níveis de rendimento sob pressão; b) **Ausência de preocupações (AP)** - não se pressiona a si próprio, preocupando-se com maus rendimentos ou erros que possa cometer, nem se preocupa com o que os outros possam pensar se errar ou falhar; c) **Confronto com a adversidade (CA)** - mesmo quando as coisas não correm bem permanece positivo e entusiasmado, calmo e controlado e recupera facilmente de erros e falhas; d) **Concentração (C)** - dificilmente se distrai e mesmo em situações difíceis ou inesperadas é capaz de focalizar a sua atenção e de se concentrar nas tarefas desportivas, quer nos treinos, quer na competição; e) **Formulação de objectivos e preparação mental (FOPM)** - formula objectivos a curto-prazo e trabalha para atingir objectivos concretos de rendimento, planeando e preparando-se mentalmente para os jogos; f) **Confiança e motivação para a realização (CMR)** é confiante e positivamente motivado, trabalhando sempre para melhorar e dando 100% de esforço em situações de treino ou competição); g) **Disponibilidade**

para a aprendizagem a partir do treino (DAT) - aberto e disponível para aprender a partir daquilo que lhe é ensinado no treino, aceitando de uma forma positiva e construtiva as críticas de treinadores ou diretores.

Os “scores” de cada sub-escala são obtidos adicionando os valores nos respectivos itens (alguns deles são de cotação reversa ou invertida). Assim, o “score” de cada um pode variar entre um mínimo de 4 e um máximo de 16, significando os “scores” mais elevados, maiores níveis de competências psicológicas. Paralelamente, a ACSI-28 permite ainda extrair um “score” total (resultante da soma dos “scores” das sete escalas), que constitui uma medida dos Recursos Pessoais de Confronto (RPC) que reflete uma estimativa multifacetada das competências psicológicas do atleta.

3.4.1.2.3. Recolha de dados

O questionário foi distribuído aos jogadores. Os atletas foram instruídos para preencherem cada item sem considerar os outros. Depois de preenchidos os dados, os questionários foram recolhidos para se proceder à análise dos mesmos.

3.4.1.2.4. Variáveis

Como variável dependente foi definido perfil psicológico dos atletas (PP), podendo ser subdividida em sete áreas: Rendimento máximo sobre pressão (RMSP), Ausência de preocupações (AP), Confronto com a adversidade (CA), Concentração (C), Formulação de objectivos e preparação mental (FOPM), Confiança e motivação para a realização (CMR) e Disponibilidade para a aprendizagem a partir do treino (DAT). Relativamente às variáveis independentes, foram definidas os minutos em jogos oficiais durante a época (MJ), a posição do jogador no campo (POS), anos como jogador de futebol (AJF) e a condição do jogador na equipa¹³ (CON).

3.4.1.2.5. Hipóteses

H1: Existe uma correlação entre o perfil psicológico dos jogadores e os minutos em jogos oficiais durante a época;

¹³ Esta variável está relacionada com o facto de o jogador ser titular ou suplente/não convocado em metade dos jogos oficiais na época 2011/2012.

H2: Existe um efeito do perfil psicológico dos jogadores na posição do jogador no campo;

H3: Existe uma correlação entre o perfil psicológico dos jogadores e os anos como jogador de futebol;

H4: Existe um efeito do perfil psicológico dos jogadores na condição do jogador na equipa;

3.4.1.2.6. *Análise Estatística*

Primeiramente, foi realizada a análise descritiva das variáveis. A normalidade da distribuição dos dados foi verificada através do teste de Shapiro-Wilk. Para analisar a correlação entre os minutos de jogo ao longo da época e o perfil psicológico dos jogadores e a correlação entre os anos como jogador de futebol e o perfil psicológico dos jogadores, recorreu-se ao coeficiente de correlação de Pearson, quando se verificou a normalidade dos dados. Para os casos em que não se verificou a distribuição normal dos dados utilizou-se o coeficiente de associação Rho de Spearman. Para analisar/verificar o efeito da condição do jogador na equipa no perfil psicológico dos jogadores recorreu-se ao teste t e ao Mann-Whitney. Por sua vez, para testar o efeito da posição do jogador no campo no perfil psicológico dos jogadores, foi utilizada a *Oneway* ANOVA e o teste Kruskal-Wallis, para os casos em que não se verificou a normalidade das variáveis relativas ao perfil psicológico dos jogadores. Para o tratamento dos dados, foi utilizado o *Statistical Package for Social Science* (IBM ®, SPSS ® 20, Massachusetts) versão 20.0. O nível de significância utilizado foi de 0,05.

3.4.1.3. *Resultados*

3.4.1.3.1. *Apresentação de Resultados*

Tabela 19 – Nível de significância dos minutos de jogo ao longo da época.

	RMSP^a	AP^a	CA^a	C^a	FOPM^a	CMR^b	DAT^b	RPC^a
Est. Teste	- ,152	- ,048	,066	,033	,272	,035	,222	,076
MJ (p)	0,359	0,819	0,753	0,874	0,189	0,867	0,286	0,718

a – Testado com Pearson Correlation.

b – Testado com Spearman's Rho.

Foi verificado que na variável minutos de jogo foi registada uma média de $1640,7 \pm 1184,9$ minutos por cada jogador, com um máximo de 3548 e um mínimo de 0 minutos. Respondendo ao teste das hipóteses, foi verificado que não existem diferenças estatisticamente significativas entre os minutos de jogo ao longo da época e o perfil psicológico dos jogadores, ou seja, os minutos de jogo ao longo da época não tem correlação com qualquer uma das sete sub-escalas que compõem o questionário ACSI-28, bem como com o score total – Recursos Totais de Confronto. Logo a hipótese H1 não se verifica.

No que aos anos de jogador de futebol diz respeito, e fazendo uma análise à estatística descritiva da variável, foi analisado uma média de $14,6 \pm 4,6$ anos por jogador, tendo sido registado um valor máximo de 26 anos e um valor mínimo de 6 anos.

Tabela 20 – Nível de significância dos anos de jogador de futebol.

	RMSP^a	AP^a	CA^a	C^a	FOPM^a	CMR^b	DAT^b	RPC^a
Est. Teste	,186	,290	,001	-,183	-,026	-,172	,062	,053
AJF (p)	0,374	0,160	0,997	0,380	0,900	0,411	0,768	0,801

a – Testado com Pearson Correlation.

b – Testado com Spearman's Rho.

Relativamente ao teste de hipóteses, foi apurado que também não existem diferenças estatisticamente significativas entre os anos como jogador de futebol e o perfil psicológico dos jogadores, ou seja, os anos como jogador de futebol não tem correlação com qualquer uma das sete sub-escalas que compõem o questionário ACSI-28, nem com o score total – Recursos Totais de Confronto. Assim, à semelhança da hipótese H1, a hipótese H2 também não se verifica.

Entrando no capítulo das variáveis qualitativas, foi verificado os guarda-redes (GR) constituem a posição no campo que apresentam uma média de score total maior (RCP – 94,3), seguido dos médios, defesas e avançados, respectivamente. Analisando as sub-escalas, verificamos que aquelas que apresentam um valor médio maior são as sub-escala CMR – Confiança e Motivação para a Realização – e DAT – Disponibilidade para Aprendizagem a partir do Treino – apresentando um valor de 14,2 e 14,9, respectivamente. A sub-escala que apresentou um valor médio mais baixo foi a AP –

Ausência de Preocupações. Contudo, foi verificado que não existem diferenças estatisticamente significativas de qualquer uma das quatro posições que constituem a variável (subdividida em guarda-redes, defesa, médio e avançado) tanto nos Recursos Pessoais de Confronto como em qualquer uma das sub-escalas, ou seja, não existe um efeito da variável posição no campo no perfil psicológico dos jogadores. Logo, a hipótese H2 não se verifica.

Tabela 21 – Valores médios e nível de significância da posição no campo.

	GR	Defesa	Médio	Avançado	Est. Teste	<i>p</i>
RMSP^b	14	13,5	13,5	12,3	1,505	0,681
AP^a	10,3	9,5	9,3	9,2	0,189	0,903
CA^b	12,3	11,5	11,8	12	0,201	0,977
C^a	14	12	13,3	11,8	1,332	0,291
FOPM^b	11,7	11,8	12,3	11,3	1,144	0,767
CMR^b	16	13,1	14	13,5	6,161	0,104
DAT^b	16	14,8	13,8	14,8	5,170	0,160
RPC^a	94,3	86,1	87,8	85	0,967	0,427

a – Testado com Oneway ANOVA Test.

b – Testado com Kruskal-Wallis Test.

Por fim, a variável condição do jogador na equipa, que se subdivide entre titular e suplente mostra-nos que nos Recursos Pessoais de Confronto o atleta titular apresenta um valor médio superior ao jogador suplente. No que às sub-escalas diz respeito foi verificado que as que apresentam valores médios mais altos são, novamente, a sub-escalas CMR e DAT, com valores médios de 13,9 para a sub-escala CMR e 14,6 para a sub-escala DAT. À semelhança da variável posição no campo, a sub-escala que apresenta um valor médio mais pequeno é a sub-escala AP. Em termos de diferenças entre titulares e suplentes, a sub-escala que apresenta uma diferença de valores maior é a sub-escala FOPM – Formulação de Objectivos e Preparação Mental. Contudo, não existem diferenças estatisticamente significativas entre titulares e suplentes tanto no score total (RCP) como nas sub-escalas que compõem o questionário, ou seja, não

existe um efeito da condição do jogador na equipa no perfil psicológico do mesmo. Assim sendo, a hipótese H4 não se verifica.

Tabela 22 - Valores médios e nível de significância da condição do jogador.

	Titular	Suplente	Est. Teste	<i>p</i>
RMSP^a	13,4	13,2	- 0,166	0,870
AP^a	9,7	9,2	- 0,561	0,580
CA^a	12,4	11,4	- 0,954	0,350
C^a	12,9	12,4	- 0,670	0,509
FOPM^a	12,5	11,3	- 1,487	0,151
CMR^b	14,1	13,6	65,500	0,520
DAT^a	14,7	14,5	- 0,363	0,720
RPC^a	89,6	85,6	- 1,255	0,222

a – Testado com t test.

b – Testado com Mann-Whitney Test.

3.4.1.3.2. Discussão

Neste estudo, as variáveis utilizadas para representar a experiência dos atletas foram os minutos em que o jogador participou em jogos oficiais durante a época e, à semelhança do estudo de Goudas, Theodorakis & Karamousalidis (1998), os anos que o atleta tinha como praticante da modalidade. Em ambas as variáveis foi verificado que não existem diferenças estatisticamente significativas, ou seja, ambas as variáveis não têm correlação com o perfil psicológico dos jogadores, tanto nos Recursos Pessoais de Confronto, como em qualquer uma das 7 sub-escalas. Os resultados encontrados são contraditórios quando comparados com o estudo de Goudas, Theodorakis & Karamousalidis (1998), onde foi verificado que à medida que a experiência é maior, ou seja, que o número dos anos de prática é maior, maior é o valor do perfil psicológico do atleta, nomeadamente nas sub-escalas Confronto com a Adversidade, Concentração, Rendimento Máximo Sobre Pressão e Confiança e Motivação para a Realização. Também outros estudos como os de Highlen e Bennett (1983; citados por Cruz, 1996) e Mahoney, Gabriel e Perkins (1987; citados por Cruz, 1996), verificaram que existem diferenças significativas nos perfis psicológicos entre os atletas que se qualificaram para

representar a seleção nacional e os que não se qualificaram (estudo 1) e entre atletas de elite e não elite (estudo 2).

Comparando os dados deste estudo com os dados do estudo de Raposo (1994), verificamos algumas diferenças, pois enquanto neste estudo de grupo não se verificaram diferenças estatisticamente significativas entre a condição (titular e suplente), quer no RPC quer nas sub-escalas que compõem o RPC, no estudo desenvolvido por este autor, foram verificadas diferenças nas sub-escalas Atitude Competitiva e Auto-Confiança. Relativamente à posição que é ocupada no terreno de jogo, mais uma vez, os dados são um pouco contraditórios, pois no estudo desenvolvido por Raposo (1994) foram verificadas diferenças entre posições na sub-escala Pensamentos Negativos.

Em suma, não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas para nenhuma das variáveis utilizadas neste estudo, embora a literatura aponte o contrário. Sendo a importância dos factores psicológicos um aspecto fundamental na preparação dos atletas, havendo mesmo quem os considere “a última fronteira no que respeita à preparação dos atletas” (Unesthal, 1985; citado por Cruz, 1996), o facto de todos os jogadores constituintes do plantel da equipa utilizada neste estudo de grupo terem valores elevados é muito positivo, constituindo uma parte muito importante no processo de preparação dos atletas para a competição, apesar dos jogadores que atingem este patamar competitivo (profissionalismo) já estarem, em teoria, melhor preparados que os atletas níveis competitivos mais baixos (Williams e Reylli, 2000; citados por Filho, Ribeiro & Garcia, 2005; e Reylli et al, 2000; citados por Filho, Ribeiro & Garcia, 2005; Highlen e Bennett, 1983; citados por Cruz, 1996; Mahoney, Gabriel e Perkins, 1987; citados por Cruz, 1996). Denota toda uma preocupação com todos os aspectos do jogo por parte da equipa técnica. Essa preocupação deve ser mantida, pois quanto mais altos os valores do perfil psicológico do atleta, melhor preparado mentalmente este estará para todas as vicissitudes de um jogo oficial, de uma competição oficial.

A preparação psicológica dos jogadores pode ser feita através de duas vertentes: Treino de Competências Psicológicas ou através da manipulação dos exercícios de treino. No primeiro caso, um programa de treino deste tipo é “um programa que identifica, analisa, ensina e treina as competências cognitivas, mentais ou psicológicas mais diretamente relacionadas com o rendimento desportivo” (Alderman, 1984; citado por Cunha, 1996). Este tipo de programas tem 2 objectivos primordiais: (i) a promoção

do crescimento e desenvolvimento pessoal; e (i) a promoção e optimização do rendimento desportivo. Cunha (1996, citando Martens, 1997, Wienberg & Williams, 1993, Wienberg & Gould, 1995) refere que o período pós-época ou o início da época competitiva constituem as melhores alturas para implementar uma intervenção deste género, acrescentando que “preferencialmente, o TCP deverá ser uma parte integrante do processo de treino diário, muito embora não se pretenda com isto afirmar que o treino mental é mais importante do que o físico, técnico ou tático”. Cruz (1996) refere que os jogadores de futebol têm necessidade de aumentar os pensamentos de auto-confiança, bem como aprender técnicas de relaxamento e desenvolver palavras-chave que ajudem na concentração.

No capítulo da manipulação dos exercícios que constituem a unidade de treino, podemos intervir manipulando as variáveis que constituem o exercício, ou seja, o espaço de jogo, o número de jogadores envolvidos, a duração, entre outros. Por exemplo, se o objectivo for trabalhar a Concentração, é necessário manter os atletas focados na tarefa todo o tempo para que tenham sucesso, através de exercícios com constante mudança de contexto, por mudança das variáveis do exercício (ex: variação na forma de obter sucesso, mudança rápida dos elementos constituintes de determinada equipa, variação na forma de jogar, após um estímulo visual ou auditivo). Por outro lado, se quiser trabalhar o Rendimento Máximo Sobre Pressão, é vantajoso reduzir o espaço de jogo ou aumentar o número de jogadores do exercício, para que o jogador tenha de tomar uma decisão que permita à equipa chegar ao sucesso num espaço de tempo reduzido. No fundo, os treinadores podem e devem manipular as variáveis que compõem o exercício do treino de acordo não só segundo uma vertente física ou técnico-tática, mas também segundo uma vertente psicológica.

Valey (1992; citado por Cruz, 1996), refere que é importante que o jogador tenha uma saúde mental positiva. O facto de estar num grupo com boa dinâmica e coeso facilita o aumento das características psicológicas do atleta, bem como o facto de resultados de acordo ou melhores que as expectativas gerarem uma saúde mental positiva, facilitando o aumento dos valores do perfil psicológico.

3.4.1.4. Conclusão

Após a realização do estudo, pode ser concluído que a preparação psicológica dos atletas facilita a obtenção de sucesso numa competição oficial. Qualquer momento de desconcentração ou momento em que a preparação psicológica do atleta/equipa adversária for mais vincada, pode ser a chave para o não atingir dos objectivos traçados para o jogo, competição ou mesmo época. Pertencendo esta equipa a patamar de profissionalismo, portanto num nível elevado de competição, os altos valores do perfil psicológico dos atletas atestam uma necessidade de homogeneidade na equipa, em termos psicológicos, por parte da equipa técnica do clube, que procura preparar todos os atletas de forma igual, com o objectivo de lhes providenciar um valor psicológico com o qual o adversário não conseguirá concorrer.

Foi verificado que não há diferenças estatisticamente significativas em relação às variáveis adoptadas neste estudo, sendo que isso pode ser explicado por inúmeras razões já apresentadas. Na realização deste estudo foram encontradas algumas limitações, nomeadamente o facto de grande parte da bibliografia não ser sobre futebol, nem sobre um contexto de futebol profissional português. Assim, como forma de sugestão para estudos futuros, que sirvam como complemento a este, é proposto que: (i) o estudo tenha uma amostra maior para que os dados sejam mais fidedignos; (ii) o estudo seja alargado a mais equipas portuguesas, para que seja criado um perfil do jogador português; (iii) o estudo seja alargado a equipas de elite mundial, para que seja criado um perfil psicológico de jogador de elite mundial.

3.4.2. Organização de um evento – estágio pré competitivo

3.4.2.1. Introdução

Estando o Grupo Desportivo Estoril-Praia, SAD num contexto futebolístico profissional, naturalmente que a organização de eventos de relação com a comunidade que surjam fora da rotina habitual, se tornam de execução difícil. Como consequência, a proposta por mim apresentada estava relacionada com a minha integração (juntamente com o Staff Administrativo) na organização do estágio pré-jogo da 29ª Jornada da Liga Orangina, frente ao Leixões SC. Este estágio realizou-se nos dias 5 e 6 Maio de 2012, no Hotel Cidnay em Santo Tirso, local habitual de realização de estágios pré-jogo a norte do país. Sendo o jogo que poderia dar ao GD Estoril-Praia, SAD a garantia

matemática da subida de divisão e o título de Campeão Nacional Liga Orangina 2011/2012, o objectivo prendia-se em proporcionar à equipa todo um conjunto de condições perfeitas para que a preparação para o jogo decorresse da melhor forma.

3.4.2.2. Dados gerais sobre o jogo

Tabela 23 – Dados gerais sobre o jogo Leixões SC X GD Estoril-Praia, SAD.

Jogo	Leixões SC vs GD Estoril-Praia, SAD
Data	6 de Maio de 2012
Hora	17H
Jornada	29ª jornada Liga Orangina 2011/2012
Estádio	Estádio do Mar
Local	Matosinhos

3.4.2.3. Marcação do hotel

Para a realização do estágio pré-jogo do Grupo Desportivo Estoril-Praia, SAD frente ao Leixões SC, foi procurado um hotel que satisfizesse determinadas condições essenciais na preparação de um jogo de cariz profissional. Deste modo, é necessário que o hotel em questão disponha dos seguintes recursos: (i) deve ser um hotel sossegado, que permita aos jogadores descansar e focarem-se nos objectivos para o jogo; (ii) o período de acomodamento da equipa do Estoril-Praia não deve coincidir com qualquer outra equipa desportiva, bem como de profissionais de jornalismo; (iii) deve permitir que toda a equipa esteja alojada no mesmo piso, tanto jogadores como equipa técnica (à exceção do treinador, presidente e administrador); (iv) os quartos devem ter equipamento audiovisual para proporcionar aos jogadores momentos de lazer; (v) sala de conferências com o equipamento necessário para que a palestra pré-jogo seja realizada nas melhores condições; (vi) sala de convívio/jogos.

Na maioria dos jogos realizados a norte do país, o GD Estoril-Praia opta pela estadia no Hotel Cidnay, de 4 Estrelas, localizado em Santo Tirso. Esta unidade hoteleira é normalmente escolhida pelo clube, pois fica a pequenas distâncias da maioria dos estádios em que a equipa se desloca para jogar. Juntando a esse facto, o conhecimento mútuo entre staff do hotel e staff do clube, facilita o entendimento entre as duas partes. A reserva contemplou 5 quartos individuais (presidente, administrador,

treinador, delegado e motorista) e 13 quartos duplos, bem como um regime de alimentação pré-determinado pelo departamento clínico do clube, que engloba jantar, pequeno-almoço e almoço. Em termos de despesas monetárias, o preço do estágio não pode ser aqui colocado.

3.4.2.4. Plano de atividades

Tabela 24 – Plano de actividades Leixões SC vs GDEP, SAD durante o estágio.

Sábado, 5 de Maio de 2012	
Concentração – Est. António Coimbra da Mota	Partida para Santo Tirso – Hotel Cidnay
14h30	14h45
Hora prevista de chegada	Jantar
19h15	20h00
Recolher aos quartos	Silêncio
22h30	23h
Domingo, 6 de Maio de 2012	
Despertar	Pequeno-almoço
8h30	9h
Almoço	Palestra
13h	14h40
Partida para o estádio	Jogo
15h20	17h

Cada vez que o jogo é realizado fora da região de Lisboa, a equipa viaja sempre na véspera do dia do jogo. Normalmente, só os jogadores convocados e o staff técnico estão autorizados a viajar no autocarro do clube. Contudo, por ser um jogo importantíssimo na definição da obtenção dos objetivos para a época 2011/2012, e à semelhança do que tinha acontecido na deslocação anterior a Moreira de Cónegos, também os jogadores não convocados estavam autorizados a integrar a deslocação da equipa se assim decidissem. No dia do jogo partiu do Estoril uma carrinha com o staff administrativo e alguns jogadores, com destino a Matosinhos para assistirem à realização do jogo.

À chegada ao hotel, e após feita a acomodação, os jogadores têm liberdade para passarem alguns momentos de lazer na sala de convívio, ou nos computadores pessoais, se for da sua preferência. Durante este período, são entregues pela equipa técnica

compactos de vídeo sobre o adversário direto e/ou equipa adversária, para que o conhecimento sobre o adversário seja maior, reduzindo as hipóteses de fracasso e aumentando as de sucesso. Estes compactos de vídeo foram escolhidos e editados por mim, em consonância com os meus companheiros de estágio no departamento de análise de jogo. Às 20h é hora da refeição, sendo que no período até ao recolher obrigatório os jogadores têm, novamente, liberdade para disfrutarem de momentos de lazer.

No dia do jogo, o despertar é feito às 8h30, seguindo-se o pequeno-almoço. Após essa refeição, é realizado um passeio pela cidade, com o intuito de proporcionar momentos de lazer e descompressão. O almoço estava marcado para as 13h, seguindo-se a palestra de preparação para o jogo, onde a equipa técnica passa informações sobre a equipa adversária englobadas na estratégia da equipa para aquele jogo. Às 15h20 é a hora marcada para a deslocação da equipa para o local do jogo. Após a realização da partida, e conseguidos os objectivos do clube para a presente época (promoção à Liga ZON Sagres), a equipa realizou um jantar de confraternização/celebração na Mealhada. Seguiu-se a viagem até ao Estoril, onde estavam adeptos à espera para a festa de consagração da equipa.

3.4.2.5. Plano de dietas para a equipa de futebol sénior

Tabela 25 – Plano de dietas nas refeições da equipa do Estoril-Praia durante o estágio.

Leixões SC vs GD Estoril-Praia, SAD	
Sábado, 5 Maio 2012	
Jantar	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de alho francês • Vitela assada no forno com batata assada, arroz branco, esparregado e salada mista • Cheesecake • Fruta da Época
Domingo, 6 Maio 2012	
Pequeno-Almoço	<ul style="list-style-type: none"> • Leite magro/meio gordo • Flocos de cereais • Café • Chá • Chocolate solúvel • Iogurte naturais e de aromas • Iogurte líquido • Sumos de frutos sem gás

Almoço

- Água mineral
- Pão
- Manteiga
- Queijo
- Frutos frescos
- Creme de legumes
- Bife de vitela grelhado
- Esparguete
- Arroz
- Posta de peixe grelhado
- Legumes cozidos
- Salada mista
- Pudim de ovos/salada de frutas

A ementa é pré-determinada pelo chefe do departamento clínico do clube, sendo transmitido aos cozinheiros do restaurante do hotel. Cabe aos cozinheiros a execução da ementa. Deste modo, as refeições são elaboradas de acordo com os nutrientes necessários ao evento que se irá realizar. A ementa é variada, contemplando pratos de carne e pratos de peixe, que permitem ao jogador uma escolha maior. Os horários das refeições devem ser respeitados, para que os jogadores entrem em campo nas condições ideais. Depois do jogo todos os jogadores devem comer um lanche de forma a repor os níveis energéticos do metabolismo para valores mais adequados.

3.4.2.6. Conclusão

A participação na organização deste estágio pré-jogo, permitiu-me perceber tudo o que uma equipa profissional necessita para a preparação de um jogo. Desde os encargos logísticos, aos cuidados e horários necessários com a alimentação de uma equipa profissional de futebol. Não só o que deve ser feito, mas também a justificação para tal planeamento, permitiu-me um aumento do conhecimento nesta área. Este tipo de procedimentos são organizados pelo departamento administrativo do clube, sendo que a participação da equipa técnica neste processo é simplesmente determinar horários e seleccionar os jogadores para a convocatória. O horário das refeições, palestra e saída para o estádio, é sempre determinado considerando a hora do jogo.

A realidade do GD Estoril-Praia, SAD é a de um clube profissional, não só em termos desportivos como também ao nível organizacional, sendo que as condições e os hábitos de trabalho instituídos são claramente de uma equipa com ambições de ascender

à Liga ZON Sagres. É, no entanto, uma realidade que nem todos os clubes das Ligas Profissionais em Portugal vivem, sendo que naturalmente o rendimento desportivo dos jogadores pode ficar comprometido, com algumas carências nas condições extradesportivas que o clube pode oferecer, como por exemplo o facto de algumas equipas fazerem viagens de 3 ou 4 horas de autocarro no próprio dia do jogo.

Por fim, tudo o que diz respeito à organização do estágio pré-jogo é calculado ao mínimo pormenor, pois pode influenciar a preparação do jogo. Todas as tarefas são essenciais. A estrutura do clube proporciona condições excelentes para os jogadores na preparação dos eventos, o que num contexto competitivo profissional, pode ser considerado essencial.

4. Conclusão

O futebol é um desporto de massas, é o desporto rei em Portugal e na Europa, pelo que a importância que este tem no panorama desportivo português, europeu e mundial é enorme. Por ter esta importância, o desenvolver do trabalho que é feito neste desporto é cada vez mais um trabalho de qualidade, pelo que a competição se torna cada vez mais equilibrada e difícil, aproximando os clubes ditos “mais pequenos” daqueles que, à partida, têm uma maior apetência para a prática da modalidade.

Neste relatório, foi descrita toda a actividade que foi realizada no GDEP, SAD na época 2011/2012, por mim enquanto estagiário de uma equipa de futebol profissional. A importância do trabalho desenvolvido em termos de análise de jogo foi importante para a equipa técnica, pois permitiu que dados sobre o comportamento da equipa fossem armazenados num documento, proporcionando uma análise dos dados objectiva. Essa análise tem de ter uma interpretação cuidadosa e adequada, pois deve ser feita uma relação entre as variáveis, evitando analisar cada variável por si só. Sendo que o futebol evidencia uma multiplicidade de dinâmicas que não se resumem a uma padrão de jogo, mas sim a uma variação constante dos mesmos, este estágio permitiu que a análise da própria equipa proporcionasse à equipa técnica não só relatórios detalhados sobre a equipa e o comportamento dos jogadores em cada jogo, mas também que fosse criada uma base de dados que permitisse uma análise ao longo de toda a época, para todas as variáveis analisadas (colectivas e individuais), o que vai de encontro aos objectivos do

estágio. Este trabalho permitiu desenvolver novos métodos de análise que não existiam no clube, procurando focar também uma área não muito desenvolvida – a análise da própria equipa com base em critérios objectivos, que pode contribuir para o desenvolvimento da “organização e gestão do processo de treino”, mais concretamente na “avaliação e controlo do plano”.

A percepção do funcionamento de um clube profissional, bem como de um Depto. de Análise de Jogo vem descrita ao longo do relatório, sendo que constituiu uma experiência enriquecedora a nível pessoal, pois permitiu também que o meu conhecimento nesta área fosse alargado. No campo científico, mais concretamente no proporcionar de investigação científica à equipa técnica, os estudos realizados vão de encontro ao objectivo proposto. Esses estudos contemplam um estudo mais relacionado com o contexto desportivo, que aborda o método de jogo ofensivo adoptado após a recuperação da posse da bola por parte da equipa do GDEP, SAD e um estudo com um cariz psicológico e psicométrico que serviu para avaliar o perfil psicológico dos jogadores constituintes do plantel, bem como fazer um relação entre os diversos grupos que foram previamente definidos. A organização de um estágio pré-competitivo também me permitiu conhecer um pouco melhor o contexto de um clube profissional, mais concretamente na preparação para a competição.

A articulação entre todas as áreas presentes neste estágio foi evidente, pois todas tarefas realizadas ao longo do mesmo visavam uma complementaridade entre elas, por forma a providenciar um conhecimento abrangente. Todas as 4 dimensões do treino foram mencionadas. Se a criação da base de dados visava uma vertente mais técnica e tática, o estudo de grupo providenciava informação mais alargada relativamente à caracterização sociométrica e psicológica dos atletas do clube. A dimensão física estava presente de forma indirecta (e.g.: o cansaço físico condiciona a performance dos atletas). Por outro lado, a organização do estágio pré-competitivo permitiu desenvolver conhecimento relacionado tanto com a parte administrativa, bem com o planeamento e gestão do tempo dos jogadores no dia anterior à competição. De uma forma global, o relatório permitiu-me trabalhar e focar pontos em todas as áreas de um clube profissional, contribuindo enormemente para o desenvolvimento do meu conhecimento sobre o futebol em geral e, com certeza, irá contribuir para o meu desenvolvimento como profissional de futebol, mais concretamente como treinador de futebol.

5. Referências Bibliográficas

- Amieiro, N. (2010). *Defesa à zona no futebol: Um pretexto para refletir sobre o “jogar”... bem ganhando!*. 2ª Edição. Lisboa: Visões e Contextos.
- Andrade, C. (2010). *Análise do Processo Defensivo no Futebol. Ações e comportamentos defensivos associados à recuperação da posse da bola em diferentes contextos de jogo*. (Mestrado), Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa, Cruz Quebrada.
- Barbosa, P. (2009). *Eficácia do Processo Ofensivo em Futebol. Estudo comparativo das equipas classificadas nos primeiros e segundo das ligas nacionais de Espanha, Inglaterra, Itália e Portugal, na época de 2008/2009*. (Licenciatura), Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto.
- Castelo, J. (2003). *Futebol – Actividades Físicas e Desportivas*. Lisboa: Edições FMH.
- Castelo, J. (2004). *Futebol, Organização dinâmica do jogo*. Lisboa: Edições FMH.
- Coimbra, D. (2011). *Validação do questionário “Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28)”*. (Mestrado). Faculdade de Educação Física e Desporto da Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora.
- Cruz, J. (1996). *Manual de Psicologia do Desporto*. Braga: Sistemas Humanos e Organizacionais, Lda.
- Filho, M., Ribeiro, L., & Garcia, F. (2005). Personalidade de atletas brasileiros de alto-rendimento: comparações entre o sexo masculino e feminino e correlação com nível de performance e tempo de treinamento. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 5, 31-39.

Garganta, J. (1998). Analisar o jogo nos jogos desportivos colectivos. Uma preocupação comum ao treinador e ao investigador. *Horizonte*, 14, 7-14.

Garganta, J. (2001). A análise da performance nos jogos desportivos. Revisão acerca da análise do jogo. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 1 (1), 57-64.

Goudas, M., Theodorakis, Y. & Karamousalidis (1998). Psychological skills in basketball: Preliminary study for development of a greek form of the Athletic Coping Skills Inventory-28. *Perceptual and Motor Skills*, 86, 59-65.

Kimbrough, S., DeBolt, L., & Balkin, R. (2007). Use of the Athletic Coping Skills Inventory for prediction of performance in Collegiate Baseball. *The Sport Journal*. Retirado a 15 de Abril de 2012 de <http://www.thesportjournal.org/article/use-athletic-coping-skills-inventory-prediction-performance-collegiate-baseball>.

Lopes, R. (2005). *Scouting – Importância atribuída pelos treinadores à forma e ao conteúdo da observação ao adversário*. (Mestrado), Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto, Porto.

Maroco, J. (2007). *Análise Estatística – Com Utilização do SPSS*. 3ª Edição. Lisboa: Edições Sílabo.

Missiroli, A (2002). European Football Cultures and Their Integration: The “Short” Twentieth Century. *Culture, Sport, Society*, 5 (1), 1-20.

Moutinho, C. (1991). A importância da análise do jogo no processo de preparação desportiva nos jogos desportivos colectivos: o exemplo do voleibol. In, J. Bento & A. Marques (Eds.), *As ciências do desporto e a prática desportiva* (pp. 265-275). Porto: FCDEF- UP.

Nascimento, P. (2008). *Caracterização da Transição Defesa-Ataque de uma equipa de Sucesso no Futebol Contemporâneo. Estudo de caso na equipa do Manchester United*

FC. (Licenciatura), Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto, Porto.

Oliveira, B., Amieiro, N., Resende, N. & Barreto, R. (2006) *Mourinho: Porquê tantas vitórias?*. Lisboa: Editora Gradiva.

Oliveira, J. (1991). *Especificidade, o “pós-futebol” do “pré-futebol”: um factor condicionante do alto rendimento desportivo*. (Licenciatura), Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto, Porto.

Oliveira, J. (2004). *Conhecimento Específico em Futebol. Contributo para a definição de uma matriz dinâmica de ensino-aprendizagem/treino do jogo*. (Mestrado), Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto, Porto.

Raposo, J. (1994). *Perfil Psicológico de Prestação em Futebol: Diferenças entre Jogadores Titulares e Suplentes*. Vila Real: UTAD.

Silva, P. (2006). *A análise do jogo em futebol – um estudo realizado em clubes da Liga Betandwin.com*. (Mestrado), Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa, Cruz Quebrada.

Smith, R., Schutz, R., Smoll, F., & Ptacek, J. (1995). Development and validation of a multidimensional measure of sport-specific psychological skills: The athletic coping skills inventory-28. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 17, 37-398.

Tenga, A., Holme, I., Ronglan, L. T., & Bahr, R. (2010). Effect of playing tactics on achieving score-box possessions in a random series of team possessions from Norwegian professional soccer matches, *Journal of Sports Sciences*, 28(3), 245-255.

Teodurescu, L. (1984). *Problemas de Teoria e Metodologia nos Jogos Desportivos*. Lisboa: Livros Horizonte.